

Mineralienreserven auffüllen mit FOREVER Calcium®



Wer sich ungesund ernährt, raucht oder zu viel Alkohol trinkt, der macht nicht nur seinen Lebenspartner sauer, sondern auch sich selbst... Denn Fastfood und Genussmittel bilden messbar Säuren im Körper. Das kann man allerdings auch ganz ohne Spaß durch zu viel Stress auf der Arbeit oder maßlosen Sport ohne Pausen hinbekommen...

Die Folgen von Übersäuerung sieht man, außer beim Alkohol, nicht unmittelbar. ;) Aber der Körper bindet überschüssige Säuren, indem er seine Mineralienreserven angreift. Und das kann man dann an einer trockenen, rissigen Haut, Haarausfall und Querrillen auf den Fingernägeln sehen. Bei längerfristigem Calciummangel kommt es auch zur Entmineralisierung der Knochen.

Viele Kunden lehnen heute Milch aus ganz verschiedenen Gründen als Calciumquelle ab. Aber sie essen auch zu wenig Gemüse, um die Reserven zu erhalten. Die besten vegetarischen Calciumquellen ist grünes Gemüse wie Spinat, Grünkohl, Wirsing, Bohnen, aber auch Nüsse und Trockenfrüchte.

Wer in Zeiten von Stress oder Belastungen aller Art seine Reserven nicht nur an Calcium erhalten und aufbauen will, dem sei die Mischung mit Magnesium und den Spurenelementen Mangan, Kupfer und Zink empfohlen. Gerade Letzteres trägt zu einem normalen Säure-Basen Stoffwechsel bei. Dies alles finden Sie in **FOREVER Calcium® (Art. 206)**.

Die Einlagerung von Calcium in die Knochen wird aber letztendlich über das Vitamin D geregelt und so sollte auch dieses Sonnenvitamin nicht in der Mischung fehlen, wenn das Calcium auch da ankommen soll, wo es hingehört. Deshalb ist auch in **FOREVER Calcium®**.

Mit über 35 Jahren Erfahrung entwickelt FOREVER als einer der Marktführer der Branche maßgeschneiderte Vitalstoffkombinationen für den Menschen von heute. Machen Sie jetzt den Leistungstest und erleben Sie sich einige Monate bei optimaler Zufuhr aller genannten Vitalstoffe. Denn der spürbare Aufbau der häufig langjährig „geplünderten“ Reserven dauert oft einige Monate.

Ihr Ralf Langner