

## Super Green+, wat zit er in aan ingrediënten?

**Beta caroteen:** draagt bij aan een goede weerstand en is van belang voor een gezonde huid, het haar, de tanden en botten en voor de ontwikkeling van de groei. Ook is het van belang voor het gezichtsvermogen. Het lichaam kan betacaroteen naar behoefte omzetten in vitamine A.

**Vitamine A:** verbetert gezichtsvermogen, huid, immuunsysteem, afweer, vruchtbaarheid, zwangerschap. Vermindert dof haar, nachtblindheid, acné.

**Vitamine B1,** Thiamine is onmisbaar voor de energievoorziening van het lichaam en voor een goede werking van de hartspier en het zenuwstelsel.

Symptomen bij een tekort zijn gevoelloosheid in armen of benen. Zwakke spieren, neerslachtigheid, verminderde concentratie of minder goed geheugen.

**Vitamine B2,** Riboflavine is onmisbaar voor de energievoorziening van het lichaam. Het maakt energie vrij uit koolhydraten, eiwitten en vetten. Een tekort aan riboflavine kan huidafwijkingen bij de mond, tong en ontstekingen bij de neus veroorzaken. Als je meer riboflavine binnenkrijgt dan je nodig hebt, plas je het teveel uit.

**Vitamine B3,** verbetert de bloedsomloop, het cholesterol en vermindert depressie, diabetes type 1. en artritis.

**Vitamine B5:** versterkt afweer, hormoonbalans, energie, geheugen, concentratie, spijsvertering, haar en vermindert migraine, vermoeidheid, allergiën, acné en bijnieruitputting.

**Vitamine B6,** verbetert de stemming en het immuunsysteem, vermindert depressie, carpaal tunnelsyndroom, astma, PMS, hart- en vaatziekten, stress en angsten.

**Biotine (vitamine B8):** verbetert nagels en haren, ondersteunt bij diabetes.

**Foliumzuur,** verbetert geheugen, hersenen en vermindert de kans op geboorte-afwijkingen, depressie en hartziekten.

**Vitamine B12,** voor energie, je weerstand en het immuunsysteem. Vermindert bloedarmoede, hartaandoeningen, MS, oorsuizen en Alzheimer.

**Vitamine C:** voor het behoud van een gezonde huid & bevordert de weerstand.

**Acerola 25%,** superfood, verbetert immuunsysteem, herstel, ijzeropname en de huid. Ondersteunt bij diabetes en werkt preventief tegen de kans op kanker.

**Rozenbottel 25%,** superfood, verbetert immuunsysteem, cholesterolspiegel, gewrichten, werkt preventief tegen de kans op kanker. Vermindert artritis, jicht, ontstekingen, hoge bloeddruk, hart en vaatziekten.

**Vitamine D3:** versterkt de calciumopname, tanden, botten, weerstand, prostaat en zwangerschap. Vermindert depressie, werk preventief tegen de kans op kanker, osteoporose, ontstekingen, diabetes type 1, griep, MS, Lyme, Parkinson, Pfeiffer, psoriasis

**Vitamine E:** helpt bij de bescherming van gezonde lichaamscellen.

**K2:** verbetert de bloedstolling, botten, tanden en cholesterol. Vermindert bloedingen en blauwe plekken, werkt ondersteunend bij kanker en osteoporose.

**Calcium uit atl. Seaweed:** ondersteund zowel het behoud van een stevig skelet als een gezond gebit. Tevens is Calcium essentieel voor een goede werking van de zenuwen en spieren en het transport van andere mineralen in het lichaam. Op latere leeftijd helpt Calcium ook tegen het ontstaan van botontkalking.

**Calcium uit L-ascorbate** Calcium gebonden aan vitamine C (Ascorbaat), een gebufferde vorm van Vitamine C die biologisch beschikbaar en niet-zuur is draagt bij aan de vorming van collageen. Ondersteunt een goede conditie van bloedvaten, bloeddruk, botten, kraakbeen, huid, tandvlees en tanden. Draagt bij tot de regeneratie van de gereduceerde vorm van vitamine E. Bevordert de opname van ijzer uit voeding en verhoogt het ijzergehalte in het bloed. Verbeterd de vitamine D opname.

**Zink:** versterkt het immuunsysteem, voortplantingsorganen, vruchtbaarheid, libido, lever, zwangerschap, nagels, prostaat en verbetert griep/verkoudheid, infecties, artritis, prostaatvergroting, acné, impotentie, Pfeiffer en tinnitus.

**Koper:** is een spooelement en is betrokken bij de vorming van bindweefsel en botten. Koper zorgt ook voor de vorming van pigment van het haar en een goede werking van het afweersysteem.

Koper is een essentiële voedingsstof voor de mens.

Het mineraal is als cofactor onder meer van belang voor de cellulaire energieproductie, antioxidantverdediging, de controle van ontstekingen en allergieën, bloedopbouw, synthese van melanine (huid- en haarpigment), synthese en crosslinking van collageen en elastine (belangrijk voor de stevigheid en elasticiteit van bindweefsel, onder meer in longen, bloedvaten en huid), ijzerstofwisseling, groei en ontwikkeling, nieuwvorming van bloedvaten en synthese en metabolisme van hormonen en neurotransmitters. Een optimale koperstatus bevordert het psychische en mentale welzijn en de gezondheid van organen zoals hart en longen. Een verlaagde koperstatus kan een rol spelen bij ontstaan en progressie van uiteenlopende aandoeningen, waaronder bloedarmoede, atherosclerose, aneurysma, hartritme stoornissen, ulcus pepticum, decubitus, osteoporose, reumatoïde artritis, osteoartritis, hypercholesterolemie, hypoglycemie, polyneuropathie en vitiligo.

**Mangaan:** is een spooelement dat onderdeel is van een aantal enzymen. Is goed voor het bindweefsel in het bot en het kraakbeen en draagt bij aan het behoud van sterke botten. Ook is mangaan essentieel voor de werkzaamheid van nutriënten zoals choline, biotine (B8), vitamine C en thiamine (B1) en de synthese van moedermelk, geslachtshormonen, schildklierhormoon, protrombine, ureum en bloed.

Klachten bij een tekort aan mangaan kunnen zijn dermatitis, zwakke pezen en banden, trage haargroei, misselijkheid, achteruitgang gehoor, spierzwakte, krakende gewrichten, osteoporose, glucose-intolerantie, langere bloedingstijd. Een mangaan tekort verhoogt mogelijk de kans op kanker, ADHD en cognitieve problemen.

**Jodium:** versterkt een goede schildklierwerking, gezond zenuwstelsel, energie, geheugen en concentratie. Vermindert bindweefselontstekingen, overgewicht en kouwelijkheid.

**Chroom:** (picolinaat), draagt bij aan koolhydraat en vetstofwisseling voor energie, helpt vetten en LDL cholesterol afbreken. Werkt stabiliserend op de bloedsuikerspiegel (kan hierdoor vermoeidheid, hoofdpijn en prikkelbaarheid verminderen, dit zijn klachten welke vaak optreden bij een dip in de suikerspiegel)

## **Kruiden**

**Organisch maca wortel:** verbetert libido, energie, geheugen, herstel, immuunsysteem, concentratie en vermindert vermoeidheid en onvruchtbaarheid.

**Psyllium husk:** verbetert stoelgang, cholesterol en vermindert obstipatie, PDS, hongergevoel, collitis ulcerosa, diverticulitis en aambeien.

**Ashwagandha extract**, superfood voor de vruchtbaarheid, geheugen, concentratie, herstel, libido en weerstand. Vermindert stress, vermoeidheid, ontstekingen, slapeloosheid.

**Koreaans ginseng extract**, superfood, verbetert immuunsysteem, alertheid, libido en gewichtsverlies. Vermindert stress, vermoeidheid, diabetes en menstruatiepijn.

**Curcumine 95%**, geneeskrachtige werking tegen ontstekingen, verbetert concentratie en geheugen, werkt preventief tegen de kans op kanker, diabetes, alzheimer, ontstekingen en allergiën.

**Mariadistel**: draagt bij aan de instandhouding van de normale leverfunctie en ondersteunt de reinigende werking van de lever. Dit is van groot belang voor een stralende en egale huid. Ondersteunt bij hepatitis, psoriasis, endometriose, galstenen.

**Rhodiola Rosea** verbetert stemming, energie, geheugen en concentratie. Vermindert stress, vermoeidheid en depressie.

**Spirulina**, verbetert de darmflora, geeft energie, vermindert vermoeidheid, stress en ontstekingen.

**Chlorella**, superfood, ontgift, verbetert immuunsysteem, concentratie en energie. Vermindert verzuring, vermoeidheid en bloedarmoede.

#### **Fruits & greens extract 4%**

**Bosbes**: bevatten veel vitamines, zoals vitamine C en vitamine K. Daarnaast zijn ze rijk aan antioxidanten, die helpen bij het bestrijden van schadelijke stoffen in ons lichaam. Ook bevatten blauwe bessen veel vezels, wat goed is voor onze spijsvertering.

**Broccoli extract**: detox ondersteunend

**Gerstegras**: barley grass, is afgeleid van de jonge scheuten van de gerstplant. Net als de scheuten van tarwegras, zijn gerstegrasscheuten rijk aan voedingsstoffen, namelijk foliumzuur, ijzer en vitamine K. Ook is gerstegras een goede bron van het natuurlijke antioxidant chlorofyl.

**Gember (rhizome)**: Verbetert immuunsysteem, afweer, doorbloeding, bloedsomloop. Vermindert misselijkheid, duizeligheid, artritis, winderigheid en ontstekingen.

**Zeewier**: Een goede bron voor eiwitten en ijzer. Daarnaast bevatten algen ook vitamine B1 en visvetzuren en zijn zeewieren een bron van jodium, calcium, fosfor, magnesium, natrium, kalium en vitamine B.

**Alfalfa**, superfood, verbetert cholesterol, bloedsuikerspiegel, energie, huid, botten en weerstand. Vermindert vermoeidheid, overgangsklachten en spijsverteringsklachten.

**Moringa Oleifa**: Is rijk aan mineralen als calcium, chloride, chroom, koper, fluor, ijzer, mangaan, magnesium, molybdeen, fosfor, kalium, seleen, zwavel en zink, maar ook aan vitamines: vitamine A, B-complex (B1, B2, B3, B5, B6 en B11) vitamine C, D, E en K. Werkt energiebevorderend, libido verhogend en is een stemmingsbooster. Huid, haren en nagels verbeteren. Zorgt voor het behoud van een gezonde spijsvertering en ondersteunt het afweersysteem.

**Betaglucan**: verbetert immuunsysteem, weerstand en cholesterol. Ondersteunt bij diabetes, kanker, crohn, colitis ulcerosa, fibromyalgie, verkoudheid en infecties.

**Reservatrol:** verbetert het hart, de bloedvaten, doorbloeding, de huid en helpt bij gewichtsverlies. Vermindert infecties, ontstekingen, veroudering en werkt preventief tegen de kans op kanker.

**Citrus bioflavonoiden:** antioxidanten die te vinden zijn in het zachte witte deel onder de schil van de citrusvrucht. Deze beschermen onze huidcellen tegen vrije radicalen.

**Quercetine:** verbetert luchtwegen, prostaat, bloedvaten, immuunsysteem, gewrichten en cholesterol. Vermindert ontstekingen, allergiën, hooikoorts, eczeem en hoge bloeddruk. Werkt preventief tegen de kans op kanker.

**Lecithine,** verbetert concentratie, geheugen en energie. Vermindert overgewicht.

**Glucosamine,** verbetert gewrichten, bindweefsels en vermindert artrose, kniepijn en rugpijn.

**N-Acetyl LCysteine (NAC):** conditioneel essentieel aminozuur.

Een krachtige antioxidant en de directe voorloperstof van glutathion, de belangrijkste intracellulaire antioxidant. NAC beschermt weefsels en organen tegen veroudering en beschadiging door vrije radicalen. Bij sporters is NAC gunstig voor het uithoudingsvermogen, mede door de antioxidantactiviteit in spierweefsel. In de luchtwegen zorgt NAC ervoor dat slijm vloeibaarder wordt en daardoor gemakkelijker loskomt en kan worden verwijderd. NAC ondersteunt de leverfunctie en beschermt tegen toxische effecten van uiteenlopende stoffen waaronder zware metalen, cytostatica en paracetamol (zie interacties). Mede door beïnvloeding van de glutamaatactiviteit in de hersenen kan NAC helpen bij OCS (obsessieve-compulsieve stoornis) en bij het afkicken van verslavingen (roken, cannabis, cocaïne, gokken). NAC kan worden ingezet bij uiteenlopende (chronische) aandoeningen waarbij oxidatieve stress en/of ontsteking een rol spelen. Tevens beperkt NAC orgaan- en weefselschade als gevolg van ischemie/reperfusie (lever, hart, hersenen, nieren).

Slijm in luchtwegen en/of bijholten, luchtwegaandoeningen (luchtweginfecties, emfyseem, chronische bronchitis, taaislijmziekte, astma, sinusitis, hooikoorts, longfibrose) Chronische leverziekten Toxische belasting (zie interacties) Veroudering HIV/AIDS (verbetering glutathionstatus) Immunosenescentie bij ouderen (veroudering immuunsysteem met daardoor verminderde weerstand en chronische laaggradige ontsteking) Hart- en vaatziekten Sport (beter uithoudingsvermogen, sneller herstel) Verslavingen (roken, gokken, cannabis, cocaïne, methamfetamine, heroïne) OCS (obsessieve-compulsieve stoornis), automutilatie Ziekte van Sjögren (oogklachten) Sikkelcelziekte Kanker(preventie) Diabetes mellitus (verbetering glycemische controle, preventie complicaties waaronder trombose) Pancreatitis Nierziekten PCOS (polycysteus ovariumsyndroom) Endometriose IVF, in-vitro fertilisatie (in combinatie met clomifeen) Infectie met Helicobacter pylori (veroorzaker van ulcus pepticum, maagkanker) Artritis De ziekte van Crohn Autismespectrumstoornis Depressie, bipolaire stoornis (depressieve fase) Schizofrenie Hersenletsel, ruggenmergletsel, beroerte Preventie lawaaidoofheid Aangezichtsverlamming van Bell Migraine, preventie (in combinatie met vitamine C en E)

**Hennep eiwit:** is een vervanger van dierlijke eiwitbronnen zoals vlees. Hennep is een biologische proteïne poeder.

**Co-enzym Q10 (ubiquinon),** verbetert de bloedsomloop, tandvlees, zenuwen en het hart. Ondersteunt bij alzheimer, parkinson, vermoeidheid, hoge bloeddruk, hartritmestoornissen en veroudering.

**Alfa liponzuur,** verbetert de hersenen, het geheugen, de concentratie en de lever. Vermindert veroudering, neuropathie, diabetes, MS, Alzheimer en staar.

**Cocoa Polyfenolen,** verbetert concentratie, cholesterol, stemming, geheugen en humeur. Vermindert veroudering, kramp, hoge bloeddruk, hart- en vaatziekten.

**Papaine**, verbetert de stoelgang, spijsvertering en het immuunsysteem. Vermindert ontstekingen en zwellingen.

**Bromelaine** verbetert de huid en kan een bijdrage leveren aan het bestrijden van artritispijn. Bromelaïne wordt gebruikt bij acute postoperatieve en post-traumatische condities en zwelling vooral bij sinusitis. Het helpt sportmensen sneller herstellen na een operatie aan de spierweefsels. Het heeft anti-inflammatoire eigenschappen (roodheid) en remt bloedplaatjes aggregatie.

Toegepast bij vaatziekten, verstuikingen, reumatoïde artritis en jicht.

Verbetert de opname van bepaalde medicijnen zoals de antibiotica amoxicilline of tetracycline.

Werkt als een sterke antioxidant en is vooral ontstekingswerend waardoor pijn minder kans krijgt. Het wordt daarom ook gebruikt bij lichte maagontstekingen.

Bromelaïne bevat ook stoffen die interfereren met de groei van kwaadaardige cellen en verhindert bloedklontering.

**Lipase**, spijsverteringsenzymen, splitsen de vetten.

**Amylase**, spijsverteringsenzymen, breekt koolhydraten en zetmeel af.

#### **Probioticummix 11 stammen (0.36 billion 9% van ieder)**

- Bifidum Bifidum
- Bifidum Infantus
- Bifidum Animalis lactis
- Bifidum Longus
- Lactobacillus Acidophilus
- Lactobacillus Paracasei
- Lactobacillus Salivarius
- Lactococcus Lactis
- Enterococcus Faecium
- Lactobacillus Plantarum
- Lactobacillus Rhamnosus

