

Pascoe einer der besten Arbeitgeber Europas 2015

Der Naturmedizinhersteller Pascoe ist einer der 100 besten Arbeitgeber in Europa. Er setzte sich gegen 2300 Mitbewerber aus 19 Ländern – darunter Italien, Spanien, England, Norwegen, Schweden, Frankreich und Finnland – auf Platz 35 durch.

Die Bestenliste wurde von dem Institut GPTW veröffentlicht

und prämiert (www.greatplacetowork.de/beste-arbeitgeber/europas-beste-arbeitgeber).

Geschäftsführer Jürgen F. Pascoe nahm den internationalen Preis in Luxemburg entgegen. „Wir sind über die Maßstäbe stolz, dass wir neben den nationalen Auszeichnungen nun auch international wert-

geschätzt werden. Ein herzliches Dankeschön insbesondere an unsere Mitarbeiter, denn keine Jury hat entschieden, sondern die Beschäftigten selbst.“

Der Auszeichnung „Best Workplaces in Europe 2015“ vorausgegangen war eine repräsentative Befragung der Mitarbeiter zu zentralen Arbeitsplatzthemen wie Vertrauen in das Management, Führungsverhalten, Anerkennung, Identifikation, berufliche Entwicklung, Teamgeist, Work-Life-Balance und Gesundheitsförderung. Zudem wurde in einem „Kultur-Audit“ die Qualität der Maßnahmen der Personal- und Führungsarbeit des Unternehmens bewertet. Besonders hervorgehoben wurde bei der Auszeichnung die inspirierende und anerkennende Führungskultur.

Gleich noch einen Preis durfte das Unternehmen Ende Juni in Essen entgegen nehmen. Dort wurde es auf dem



Das internationale Team gratuliert Pascoe zur Auszeichnung „Best Workplaces Europe 2015“

v.r.n.l.: Jürgen Pascoe, Geschäftsführer, Annette D. Pascoe, Geschäftsleitung, Doris Palz, GPTW Österreich, Stefanie Wagner-Suske, Pressereferentin Pascoe, Chen Yi-An, Export-Manager Pascoe, Ditte Vigsø, GPTW Dänemark, Nicola Hauch, Assistentin der Geschäftsleitung Pascoe, Maria Grudén, GPTW Schweden, Nicolás Ramilo Méndez, GPTW Spanien

Wörwag Wissen

Neue deutschlandweite Fortbildungsreihe über Biofaktoren

Unter dem Titel „Wörwag Wissen“ bietet das Unternehmen Wörwag Pharma ab sofort eine deutschlandweite wissenschaftliche Fortbildungsreihe zu ausgewählten Biofaktoren an. Renommierte Experten vermitteln in zahlreichen Städten Deutschlands aktuelles Wissen über den präventiven und therapeutischen Nutzen von Mikronährstoffen. Dabei steht in den 90-minütigen Vorträgen neben wissenschaftlichen Erkenntnissen vor allem deren Relevanz und Umsetzung im Praxisalltag im Vordergrund. Anschließend besteht die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch unter Kollegen. Die

Fortbildungsreihe konzentriert sich auf ausgewählte Themenbereiche, die in der täglichen Praxis von bedeutendem Nutzen sind.

So bietet „Wörwag Wissen“ Veranstaltungen über:

- „Neue Chancen für die Primärprävention der arteriellen Thrombose bei Früh-Risikogruppen“
- „Alpha-Liponsäure und ihr breites Anwendungsspektrum“
- „Vitamin D – Physiologie, Mangelsymptome, Indikationen“
- „Zink und Vitamin C – Essentielle Mikronährstoffe mit vielfältigen Funktionen und Einsatzgebieten“

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos. Weitere Infos zum Programm und Anmeldung unter: www.WoerwagWissen.de

Quelle: Wörwag

Industrie & Forschung

Studien – Berichte – Nachrichten

deutschen Mittelstands-Summit in Essen als eines der innovativsten Unternehmen im deutschen Mittelstand ausgezeichnet. „Top 100“-Mentor Ranga Yogeshwar ehrte das Gießener Unternehmen mit dem seit über 20 Jahren verliehenen „Top 100“-Siegel. Während des Bewerbungsverfahrens hatte sich Pascoe einem wissenschaftlichen Analyseverfahren unterzogen. Das Ergebnis: Pascoe darf sich bereits zum vierten Mal Top-Innovator nennen.

Quelle: Pascoe

Neu: Vitamin B-loges komplett

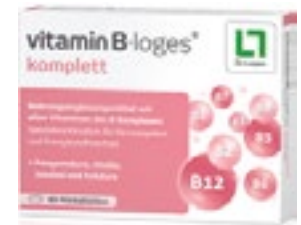
Alle B-Vitamine plus Cholin, Inositol und Pangamsäure

Das neue vitamin B-loges® komplett enthält als einziges Nahrungsergänzungsmittel nicht nur alle acht B-Vitamine, sondern darüber hinaus die komplexnahen Vitaminoide Cholin, Inositol und Pangamsäure. Diese einzigartige Spezialkombination für Nervensystem und Energiestoffwechsel stellt mit täglich nur einer Filmtablette alle synergistisch wirkenden B-Vitamine (B₁, B₂, B₆, B₁₂, Folsäure, Niacin, Pantothenensäure und Biotin) in aufeinander abgestimmter

Einzeldosierung und in gut verwertbaren, stoffwechselaktiven Vitaminverbindungen zur Verfügung. Die aktiven Formen der Folsäure als 5-Methyltetrahydrofolsäure, des Vitamin B₁₂ als Methylcobalamin (Neuro B₁₂) sowie des Cholins als Cholinbitartrat können vom Körper optimal verwertet werden.

Vitamin B-loges komplett ist die erste Vitamin-B-Spezialkombination mit Pangamsäure. Es eignet sich ggf. zur Empfehlung für Personen mit Vita-

min-B-Mangelsymptomen wie Antriebslosigkeit, Müdigkeit, Konzentrationsproblemen, Vergesslichkeit und depressiven Verstimmungen. Interessant ist das Produkt u. a. für Risikogruppen mit einem erhöhten Vitamin-B-Bedarf, wie z. B. Diabetiker, dauerhaft Gestresste, Raucher sowie sportlich aktive oder ältere Menschen. Veganer und Vegetarier, die über ihre Ernährung den Bedarf an diesen wasserlöslichen Vitaminen kaum decken können, profitieren



ebenfalls von dieser zu 100 % veganen Kombination.

Vitamin B-loges komplett ist seit Mitte Mai 2015 apothekenexklusiv in Packungen mit 60 und 120 Filmtableten erhältlich. Die Verzehrempfehlung liegt bei einer Filmtablette täglich.

Quelle: Dr. Loges

Neueinführung: Kohle Hevert Kapseln

Am 15. Juni hat Hevert-Arzneimittel neben dem Klassiker bei Durchfall, den Kohle Hevert Tabletten, nun Kohle Hevert Kapseln als weitere Darreichungsform in Deutschland eingeführt. Die enthaltene Aktivkohle bindet Giftstoffe und störende Abbauprodukte und wirkt dadurch reizlindernd auf den Magen-Darm-Trakt – ohne lästiges Auflösen, ohne Verstopfungserscheinungen.

Die in den Kohle Hevert Kapseln enthaltene Aktivkohle ist bewährt bei übermäßiger Gasbildung und häufig auftretenden Beschwerden wie Blähungen, Völlegefühl und Bauchschmerzen. Der natürliche, geschmacksneutrale Wirkstoff wird aus nachwachsenden pflanzlichen Rohstoffen (Kokosnussschalen) gewonnen. Durch den raschen Zerfall in kleinste Kohleparti-

kel wird eine hohe Bindungsfähigkeit für Fremd- und Schadstoffe erreicht und damit eine gute Entgiftungswirkung. Kohle Hevert Kapseln sind gut verträglich, da der Wirkstoff den Körper zusammen mit den gebundenen Schadstoffen wieder verlässt.

Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren nehmen täglich 4 bis 5 Kapseln zwischen den Mahlzeiten mit einem großen Glas



Wasser ein. Vorteile: Kein lästiges Auflösen, keine Verstopfungserscheinungen.

Quelle: Hevert

Abschied von Müller Göppingen und Staufen-Pharma

Nun ist es definitiv: Wie uns das 1921 von Apotheker Carl Müller gegründete Unterneh-

men bestätigte, schließen zum Jahresende die Pforten bei Müller Göppingen. Mit betrof-

fen sind die Schwesterfirma Staufen-Pharma und deren Tochter Staufen MP. Ein großer Verlust – nicht nur für die Mitarbeiter, sondern auch für alle, die bislang erfolgreich mit den bewährten pflanzlichen und homöopathischen Mitteln von Müller Göppingen und Staufen-Pharma arbeiten durften.

Besonders bitter erscheint die Schließung vor dem Hintergrund, dass das Oberverwaltungsgericht Nordrhein-Westfalen den Widerruf der Zulassung von Kava-Kava-haltigen Arzneimitteln durch das BfArM vor wenigen

Monaten für rechtswidrig erklärt hat. Die Folgen dieses Widerrufs hatten Müller Göppingen vor 13 Jahren schwer getroffen und dürften mit für die jetzige Schließung verantwortlich sein.

Literatur

Tutas, Karin; Woletz, Arnd: Bei der Arzneimittelfirma Müller gehen die Lichter aus. 18.6.2015, <http://tinyurl.com/q6eb34u>
Germann, Peter: Kava-Kava – bald als Phytotherapeutikum wieder verfügbar? Naturheilpraxis 4/2015, S. 85

Die Redaktion



Zum Jahresende schließen Müller Göppingen und Staufen-Pharma ihre Pforten. (Foto: Müller Göppingen)

Dr. Gustav Klein bietet Charts zum kostenlosen Download

Die diabetische Gastropathie ist als Unterform der autonomen Neuropathie ein weit verbreitetes Krankheitsbild und äußert sich in einer Vielzahl abdominaler Symptome, wie z. B. einem frühen Sättigungsgefühl, Völlegefühl, Übelkeit, Meteorismus und gastralen Spasmen.¹ Etwa die Hälfte aller Diabetiker entwickelt eine diabetische Gastroparese.^{2,3} Daten und Fakten zu Prävalenz, Indikation und aktuellen Therapieempfehlungen dieses Beschwerdebildes wurden jetzt von der Firma Dr. Gustav Klein in einer kompakten Kurzpräsentation am Beispiel der Multitarget-Wirkung des Phytopharma-

kons Gastritol® zusammengestellt.

Bei der Behandlung chronisch kranker Patienten spielen häufig Komorbiditäten und Polymedikation eine Rolle, die oft mit erheblichen Neben- und Wechselwirkungen einhergehen. Eine natürliche Behandlungsalternative bietet hier die Multitarget-Therapie mit pflanzlichen Kombinationspräparaten⁴, wie z. B. Gastritol Liquid. Das Phytopharmakon behandelt dabei die vielfältigen Symptome und multikausalen Ursachen einer Gastropathie umfassend durch die synergistische Wirkung seiner Inhaltsstoffe aus sechs gastral wirk-

samen Kräutern, die parallel an vielfältigen therapeutischen Ansatzpunkten angreifen. Es führt bei Symptomen der diabetischen Gastropathie zu einer relevanten Verbesserung und ist dabei gut verträglich.⁵

Das PDF mit den Charts zur diabetischen Gastropathie steht ab sofort zum kostenlosen Download zur Verfügung unter: www.klein-naturarznei.de/fachkreise/fachkreisportal/

Literatur

¹ Camilleri, M., et al.: The American Journal of Gastroenterology, 2013; 108: 18-37

² Hasler, W.L.: Gastroparesis, Current Opin Gastroenterol 2012;28(6):621-82



³ Keller, J.: Gastroenterologische Probleme bei diabetischer Neuropathie. Der Diabetologe 2008; 4: 619-628

⁴ Modifiziert nach Wagner 2004: Phytopharm u. Phytother. 2004, 26.-28. Februar 2004, Berlin

⁵ Offene, multizentrische Beobachtungsstudie zu Gastritol; Dr. Gustav Klein GmbH & Co. KG, 2014 (Veröffentlichung in Vorbereitung)

Quelle: Dr. Gustav Klein

Neu: Eisen Verla plus von Verla-Pharm



Zur Unterstützung einer gesunden Blutbildung wurde von Verla-Pharm der neue Eisen Verla® plus Direkt-Stick konzipiert. Die Kombination aus den blutbildenden Nährstoffen Eisen (als gut verwertbares zweiwertiges Eisen, Fe²⁺), Folsäure und Vitamin B₁₂ wird durch den Eisenverwertungshelfer Vitamin C sinnvoll unterstützt.

Eisen wird für die Blutbildung, die Sauerstoffversorgung der Organe und den Sauerstofftransport in den Muskeln benötigt. Vitamin B₁₂ wird für die Bildung roter Blutkörperchen gebraucht. Folsäure leistet ebenfalls einen Beitrag für die Blutbildung und trägt darüber hinaus zum gesunden Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei. Durch das Vitamin C wird die Eisenaufnahme im Körper erhöht. Es trägt zusammen mit Vitamin B₁₂ und Folsäure zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Eisen Verla plus, das für Kinder ab 10 Jahren geeignet ist, enthält 10 mg Eisen, 300 µg Folsäure, 3 µg Vitamin B₁₂ und 80 mg Vitamin C.

Das sofort lösliche Direkt-Granulat mit Cassis-Geschmack steht in praktischer Stickform zur Verfügung und wird ohne Flüssigkeit eingenommen. Dank der Verwendung eines ummantelten Eisen-Granulats

hinterlässt es keinen unangenehmen Eisengeschmack im Mund.

Das apothekenexklusive Nahrungsergänzungsmittel eignet sich insbesondere zur Nahrungsergänzung für Veganer und Vegetarier. Während bis zu 20 % des Eisens aus tierischen Lebensmitteln vom Körper verwertet werden können, sind es bei dem in pflanzlichen Lebensmitteln enthaltenen dreiwertigen Eisen nur 4 bis 10 %.

Besonders Frauen im gebärfähigen Alter sollten auf eine ausreichende Eisenzufuhr achten, da sie durch die Regel-

blutung Eisen verlieren. Laut Nationaler Verzehrstudie II erreichen über 75 % der Frauen im gebärfähigen Alter die empfohlene Eisenzufuhr nicht.

Auch Sportler können – durch intensives Training – einen Mehrbedarf an Eisen haben.

Ein Informationsflyer für Kunden mit dem Titel „Eisen Verla plus® – ...wenn eine Spur Eisen fehlt“ kann per E-Mail an MedWiss@verla.de angefordert werden.

Quelle: Verla-Pharm

Energetische Therapie mit Meridiankomplexen

Neu: Die 5-Elemente-Kur nach Rademacher-Schöpf

Schon seit Jahrtausenden nutzt die TCM die Akupunktur, um Störungen oder Ungleichgewichte des Energieflusses auf den Meridianen zu beseitigen und somit Gesundheitsprozesse einzuleiten. Seit Mitte der 1970er-Jahre stehen darüber hinaus spezielle homöopathische Kombinationen, die Meridiankomplexe, zur Verfügung, um energetische Störungen der Akupunkturmeridiane zu harmonisieren. Meridiankomplexe bewirken gewissermaßen einen Akupunktureffekt ohne Nadel. Die Komplexe sind in Anlehnung an anthroposophische Auffassungen als homöopathische Mischungen je einer Substanz aus dem Mineral-, dem Pflanzen- und dem Tierreich konzipiert.

Jeder Meridian ist eng mit einem der wichtigen Körperorgane (Herz-, Lungen-, Leber-, Blasenmeridian usw.) verknüpft. Wie die Erfahrung der alten Chinesen gezeigt hat, können ein verringerter oder verstärkter Energiefluss auf einem oder mehreren der Meridiane zunächst funktionelle Störungen, später aber

auch organische Schäden an den jeweils zugeordneten Organen hervorrufen. Dies ist besonders dann der Fall, wenn der Meridian Beziehungen zu Organen aufweist, die ererbte oder erworbene Schwächen aufweisen (z. B. eine durch Hepatitis geschwächte Leber). Aus der Sicht der Akupunktur stehen Meridian und zugeordnetes Organ in enger Wechselbeziehung zueinander, d. h., Organstörungen können durch einen gestörten Energiefluss auf dem zugeordneten Meridian angezeigt werden, und umgekehrt können energetische Störungen auf dem Meridian das zugeordnete Organ beeinträchtigen.

Nach den Regeln der TCM sind die Akupunkturmeridiane jeweils einer der fünf Wandlungsphasen (Elemente) zugeordnet. Diese Zusammenhänge nutzt die von den Heilpraktikern Peter-Georg Rademacher und Oliver Schöpf konzipierte 5-Elemente-Kur.

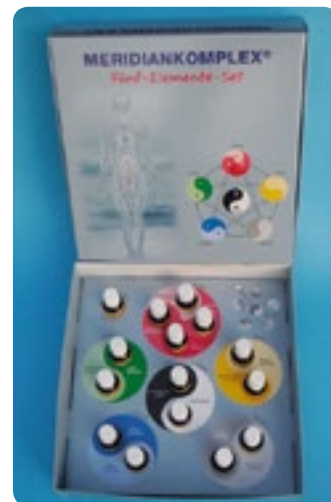
Im Kern der 5-Elemente-Kur der Fa. Meripharm stehen die 15 Meridiankomplexe. Zusätzlich wurden von Rademacher

ausgewogene Teemischungen entwickelt. Für jedes Element (Feuer, Erde, Metall, Wasser und Holz) kann im Zyklus der 5-Elemente-Kur jeweils der dazupassende Tee getrunken werden. Diese Teemischungen beinhalten Kräuter, Samen und Früchte, die schon lange Zeit in der westlichen Welt verwendet werden. Jede dieser 5 Teemischungen wirkt aufgrund ihrer Zusammensetzung harmonisierend auf das entsprechende Element.

Besonderen Wert wurde auf den Geschmack der einzelnen Mischungen gelegt, sodass auch Genuss und Wohlgeschmack gegeben sind. Insofern sind die 5-Elemente-Teemischungen im Geschmack und in ihrer energetischen Wirkung einzigartig.

Für die Kur werden die 15 Meridiankomplexe **im neuen 5-Elemente-Set** angeboten. Dieses kostet in der Apotheke 139,95 Euro und bietet für den Patienten einen Preisvorteil von etwa 45 Euro im Vergleich zum Einzelkauf der 15 Mittel.

Die Tees kosten pro Sorte 14,95 Euro inkl. MwSt. und



sind direkt bei Meripharm erhältlich. Bei Bestellung aller 5 Tees als Set werden 10 % Rabatt gewährt. Therapeuten erhalten einen speziellen Einkaufspreis.

Ein Fachartikel mit dem Titel „Panta rhei“ sowie ein Dosierschema für die 5-Elemente-Kur können neben weiteren ausführlichen Informationen zu den Meridiankomplexen ab sofort bei Meripharm angefordert werden unter Tel. (07221) 73734 oder per Fax an (07221) 73733.

Quelle: Meripharm

Neu von Köhler Pharma: Rekonvit Kapseln

Köhler Pharma hat ein neues Nahrungsergänzungsmittel auf den Markt gebracht: Rekonvit® Kapseln mit Milch- und Molkenproteinen plus Glutaminsäure.

Gesundheitliches Wohlbefinden und Lebensqualität hängen maßgeblich von einer ausgewogenen und bedarfsgerechten Ernährung ab. In diesem Zusammenhang kommt den Eiweißen eine besondere Bedeutung zu. In unserem Organismus verleihen sie dem Gewebe eine feste Struktur (Kollagen), ermöglichen den Stoffwechsel (En-

zyme), bewirken die Muskelbewegung (Aktin und Myosin), lassen das Blut gerinnen (Fibrin), wehren Infektionen ab (Antikörper), übertragen Signale (Hormone), erkennen Botschaftermoleküle (Rezeptoren), dienen als Transportstoffe (Hämoglobin) und vieles mehr.

Die Galenik ist entscheidend

Werden für die Herstellung von Proteinpräparaten normale Kapseln verwendet, dann erfolgt eine Freisetzung der Inhaltsstoffe bereits im Ma-

gen. Damit kommen die Proteine mit der Magensäure und dem eiweißspaltenden Enzym Pepsin in Kontakt, sodass die Eiweiße ihre gewünschte ernährungsphysiologische Wirkung bereits im Magen durch Denaturierung „verlieren“. Abhilfe leisten innovative magensaftresistente Kapseln, wie sie in Rekonvit Kapseln verwendet werden.

Verzehrempfehlung: 3x täglich 1 Kapsel mit etwas Flüssigkeit vor den Mahlzeiten schlucken.

Rekonvit Kapseln sind ab sofort in Packungsgrößen zu



10 Kapseln (PZN 10916332) und 90 Kapseln (PZN 10916349) in Apotheken erhältlich. Sie sind frei von Gluten, Fruktose, Laktose, Gelatine, Hefe sowie laut Gesetz frei von Konservierungsstoffen. Weitere Informationen per E-Mail an info@koehler-pharma.de.

Quelle: Köhler Pharma

Neu: Bio-Reiskleieöl-Sesamöl-Mix

Die Floramed GmbH hat eine neue Ölmischung aus Reiskleieöl und Sesamöl auf den Markt gebracht. Entwickelt wurde sie besonders für Personen, die sich im Hinblick auf ihren Blutdruck und ihren Cholesterinhaushalt bewusst ernähren möchten.

Reiskleieöl hat einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren: Es enthält über 80 % ungesättigte Fettsäuren (40–47 % einfach ungesättigte, etwa 35 % mehrfach ungesättigte Fettsäuren). So findet man neben der Ölsäure (circa 40–60 %) auch noch einen hohen Gehalt an Linolsäure (etwa 29–42 %).

Positiv sind außerdem die Gehalte an Vitamin E, Tocopherolen und Tocotrienolen. Außerdem finden sich in dem Öl Phytosterine, Polyphenole, Lecithin, Wachs und Ferulasäure. Letztere schützt die Pflanze als Antioxidans vor freien Radikalen. Günstig ist außerdem die hohe Konzentration an Gamma-Oryzanol.



Ein weiterer Vorteil dieses Öls ist, dass es von Natur aus arm an gesättigten Fettsäuren ist und keine Transfettsäuren enthält, die in der Regel zur Steigerung des Cholesterinwerts beitragen. In Asien wird Reiskleieöl aufgrund seiner Phytosterine wie Gamma-Sitosterol geschätzt, die in höherer Konzentration günstig auf den Cholesterinspiegel wirken können.

Bio-Reiskleieöl-Sesamöl-Mix trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei.

Empfohlen wird eine tägliche Verzehrmenge von 1x täglich 15 g. Dabei sollten die in der neuen Ölmischung enthal-

tenen Fettsäuren in der Ernährung so eingesetzt werden, dass sie nicht so gesunde Öle ersetzen.

Bio-Reiskleieöl-Sesamöl-Mix (PZN 04385020), 100 % Bio-Ölmischung, aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-003-Öko-Kontrollstelle). 100 % der Zutaten landwirtschaftlichen Ursprungs sind nach den Grundregeln für den ökologischen Landbau gewonnen worden.

Quelle: Floramed

Sojaprodukte bei Kindern

Bei der jährlich stattfindenden Konferenz der ESPGHAN (European Society of Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition) in Amsterdam waren Sojaprodukte und ihre Rolle als Bestandteil einer gesunden Ernährung jüngerer Kinder Thema eines Symposiums. Fachleute bestätigten, dass bei Kindern, die Sojalebensmittel zu sich nehmen, Wachstum und Entwicklung absolut normal sind. Darüber hinaus können Sojaprodukte langfristig positive Auswirkungen auf die Gesundheit haben.

Normales Wachstum und Entwicklung

Prof. Yvan Vandenplas (Universitätsklinikum Brüssel, Belgien) hat 35 klinische Studien geprüft, in denen Wachstum und Entwicklung von Kindern verglichen wurden, die als Säuglinge und Kinder Muttermilch, Säuglingsmilchnahrung auf Kuhmilch- oder Säuglingsmilchnahrung auf Sojabasis erhalten haben. Bei keinem

der 31 Wachstums- und Entwicklungsparameter gab es jegliche Unterschiede (z. B. Immunsystem, Wachstum, Sexual- und Fortpflanzungsfunktionen, geistige und neurologische Entwicklung).

Vandenplas: „Es zeigt sich, dass Säuglingsmilchnahrung auf Sojabasis für Kinder eine sichere Option darstellt. Im Vergleich zu Kindern, die Säuglingsmilchnahrung auf Kuhmilchbasis erhielten, gab es keine Unterschiede bei Wachstum und Entwicklung. Trotzdem stellt Muttermilch weiterhin die beste Nahrung für Säuglinge dar, und Mütter sollten dazu ermutigt werden, ihre Kinder in Übereinstimmung mit den Empfehlungen der WHO zu stillen.“

Geringeres Brustkrebsrisiko

Dr. Messina (Loma Linda University, USA): „Es liegen faszinierende epidemiologische Daten vor, die darauf hinweisen, dass der Verzehr von Sojaprodukten in der Kindheit und Jugend das Brustkrebs-

risiko im späteren Leben um 25 bis 50 % senkt. Sojaprodukte wirken über eine stärkere Differenzierung der Brustzellen in der sich entwickelnden Brust. Die Aufnahme von nur einer Portion am Tag scheint ausreichend, um von diesem Vorteil zu profitieren.“

Proteine und Fettsäuren

Sojalebensmittel weisen ein günstiges Fettgleichgewicht auf – geringe Mengen gesättigte Fettsäuren sowie essenzielle Omega-3- und mehrfach ungesättigte Omega-6-Fettsäuren. Sojaweiß enthält sämtliche essenziellen Aminosäuren in ausreichenden Mengen, um den Bedarf des Körpers zu decken. Das in Soja enthaltene Protein entspricht dem in Milch, Fleisch und Eiern.

Das Protein sowie das in den meisten angereicherten Sojaprodukten befindliche Calcium und Vitamin D fördern das normale Wachstum und die Entwicklung. Sojabasierte Alternativen zu Milch-

produkten enthalten die gleiche Menge an Calcium wie Kuhmilch. Forschungsergebnisse zeigen, dass das zugesetzte Calcium genauso gut vom Körper aufgenommen wird wie Calcium aus Kuhmilch. Daher stellen diese Sojaprodukte gute Alternativen zu Milchprodukten in einer gesunden, ausgewogenen und stärker pflanzlich basierten Ernährung dar.

Literatur

- Vandenplas Y, et al. Safety of soy-based infant formulas in children. *Br J Nutr* 2014;111:1340-60.
- Andres A, et al. Compared with feeding infants breast milk or cow-milk formula, soy formula feeding does not affect subsequent reproductive organ size at 5 years of age. *J Nutr* 2015;jn206201
- Messina M, Hilakivi-Clarke L. Early intake appears to be the key to the proposed protective effects of soy intake against breast cancer. *Nutr Cancer* 2009;61:792-8
- Zhao Y, Martin BR, Weaver CM. Calcium bioavailability of calcium carbonate fortified soymilk is equivalent to cow's milk in young women. *J Nutr* 2005;135:2379-82

Quelle: Alpro