



Alpinamed®
URKRAFT DER NATUR

Weil wir immer in Bewegung sind.



Weil wir uns von Schmerzen nicht ausbremsen lassen.

Immer mehr Menschen klagen: Schmerzen im Rücken, in der Schulter, im Knie, in der Hüfte, morgens kann man sich kaum bewegen. Rund 2 Millionen Österreicher – 1/4 der Bevölkerung – haben Probleme mit ihren Gelenken. Die damit verbundenen Schmerzen schränken die Aktivität, Lebensfreude und Lebensqualität massiv ein.

Gelenkschmerzen werden oft unter dem Begriff „Rheuma“ zusammengefasst. Doch „das Rheuma“ gibt es so nicht: Vielmehr handelt es sich um über 400 verschiedene chronische Gelenksbeschwerden. Diesen kann man jedoch entgegensteuern. Und zwar am besten jetzt!

Ein aktiver, gesunder Lebensstil gemeinsam mit gezielter medizinischer Behandlung und man kann auch mit chronischen Gelenksbeschwerden noch ordentlich Gas geben!





Wenn der Bewegungsapparat nicht rund läuft

Der menschliche Stütz- und Bewegungsapparat ist sehr komplex: Zwischen den rund 206 Knochen befinden sich über 140 Gelenke, die durch Bänder stabilisiert werden. An Sehnen befestigte Muskeln bringen uns in Position.

Jede einzelne Bewegung ist ein Wechselspiel vieler verschiedener Einzelteile. Hat eines dieser Teile Probleme, wirkt sich das auch auf die anderen aus. Ein Teufelskreis aus Entzündung, Verspannung und degenerativer Veränderung beginnt – in einem Wort: Schmerzen.

Die Gelenke müssen jeden Tag unzählige Belastungsproben bestehen

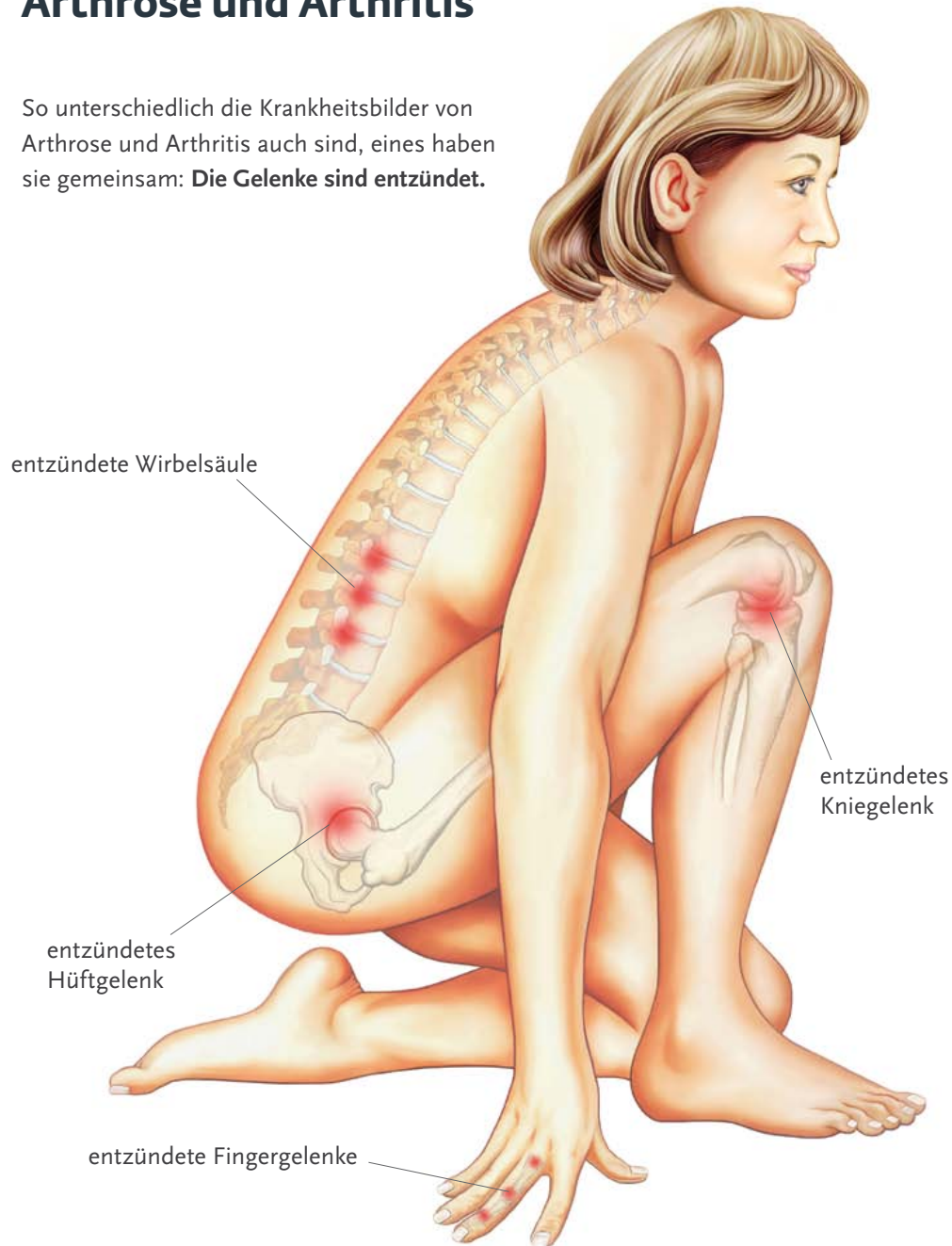
Unsere Gelenke sind zwar äußerst stabil, wir muten ihnen aber oft zu viel zu: **Schlechte Körperhaltung, übermäßiger Sport oder falsch ausgeführte Bewegungen** (z. B. beim Heben von schweren Gegenständen) tragen zu ihrer Abnutzung bei. Ebenso **Übergewicht**, denn dieses belastet die Gelenke ständig mit weit mehr Druck, als im Bauplan vorgesehen ist.

Es schadet unseren Gelenken aber auch, wenn sie zu wenig beansprucht werden, denn bei **mangelnder Bewegung** wird der Knorpel schlecht ernährt und mit zu wenigen Nährstoffen versorgt. Die braucht er jedoch dringend, denn der Knorpel hat einen entscheidenden Schwachpunkt: Er wächst nicht nach! Einmal abgenutzt ist er für immer weg.

Natürlich lässt sich nicht jedes Gelenkproblem auf Abnutzung zurückführen. Manchmal kommt es durch erbliche Vorbelastung zu einer Autoimmunerkrankung wie der **rheumatischen Arthritis** (chronische Polyarthrit), **Morbus Bechterew** oder **Weichteilrheumatismus**.

Abnutzung und Entzündung – Arthrose und Arthritis

So unterschiedlich die Krankheitsbilder von Arthrose und Arthritis auch sind, eines haben sie gemeinsam: **Die Gelenke sind entzündet.**



Arthrose – wenn die Knorpel verschleiß

Abnutzungserscheinungen der Gelenke bezeichnet man als **Arthrose**. Ursachen sind genetische Faktoren oder schlicht das zunehmende Alter – erheblich verstärkt durch einen ungesunden Lebensstil! Heute leiden bereits 95 % der über 65-Jährigen an arthrotischen Veränderungen.

Vor allem **stark beanspruchte Gelenke** wie Hüfte, Knie und Schulter oder die Wirbelsäule sind betroffen. Typisch ist ein akuter **Belastungsschmerz**, der bei Entlastung wieder abklingt. Immer wieder kommt es aber auch zu einer schmerzhaften **Entzündung durch abgeriebene Knorpelteilchen**.

Die Arthrose verläuft in Schüben und ist nicht heilbar. Die Entzündung kann behandelt und die Abnutzung der Knorpel kann verlangsamt werden – aber nicht gestoppt! Oft hilft dann nur noch ein künstliches Gelenk.

Arthritis – die entzündlich-rheumatische Gelenkserkrankung

Arthritis betrifft einen wesentlich geringeren Anteil der Bevölkerung, ist aber dennoch tragisch. Bisher kennt niemand die Ursache, warum sich das eigene Immunsystem gegen verschiedene Gewebe im Gelenk richtet und diese angreift. Unmittelbare Folge ist eine **andauernde, schmerzhafte Entzündung** des Gelenks, langfristige Folge ist seine Zerstörung.

Diese rheumatoide Arthritis (chronische Polyarthritis) lässt sich mit Entzündungshemmern abschwächen, sie bleibt aber unheilbar. Umso wichtiger, mit der Behandlung (Medikamente und Physiotherapie) so früh wie möglich zu beginnen!

Gelenkschmerzen sind Entzündungsschmerzen

Die Entzündung ist ein wichtiger Mechanismus unseres Immunsystems: Schädliche Stoffe werden zerstört und angegriffene Strukturen wieder aufgebaut. Typische Begleiterscheinungen dabei sind vorübergehende Schwellungen, Rötungen und Schmerzen.

Bei einer **chronischen Entzündung** wie z. B. der **Arthritis** werden hingegen auch gesunde Gewebe im Gelenk zerstört – unaufhörlich! Auch die Schmerzen! Deshalb zielt die medizinische Behandlung hier in erster Linie darauf ab, die Entzündungen zu lindern – eine Behandlung, die sich natürlich unterstützen lässt.

Die Grünlippmuschel – natürlich entzündungshemmend

Die Wissenschaft weiß: **Omega-3-Fettsäuren** wirken entzündungshemmend.

Es gibt eine Omega-3-Fettsäure, die bisher ausschließlich in der **Neuseeländischen Grünlippmuschel** gefunden wurde. Diese ist wohl mitverantwortlich für die besonders starke entzündungshemmende Eigenschaft der Muschel – zahlreiche Studien belegen diese. Studien, die die Maori nicht brauchen: Die Grünlippmuschel steht seit jeher auf dem Speiseplan der neuseeländischen Ureinwohner. „Rheuma“ hingegen kennen sie nicht.

Grund genug für uns, den einzigartigen Lipidextrakt aus der Neuseeländischen Grünlippmuschel für die **Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3** zu verwenden.



Bewegung + gesunde Ernährung = nachhaltige Vorbeugung

Das Wichtigste für die Gelenke ist regelmäßige Bewegung, damit sie nicht „einrosten“. Und ganz nebenbei verschwinden so auch überflüssige Kilos, die die Gelenke zusätzlich belasten! Besonders gelenksschonend sind **Nordic Walking, Wandern, Radfahren, Yoga, Gymnastik** und jede Art der Bewegung im **Wasser**.

Folgende Regeln sollten Sie allerdings immer beachten:

- ✔ **Überschätzen Sie sich nicht**, vor allem wenn Sie ungeübt sind!
- ✔ Vor dem Sport **aufwärmen!** Das schmiert die Gelenke.
- ✔ Nach dem Sport unbedingt **dehnen**.

Auch eine ausgewogene, gesunde Ernährung ist gut für die Gelenke:

- ✔ Essen Sie **langsam**, dann merken Sie schneller, wann Sie satt sind.
- ✔ Trinken Sie vor allem **Wasser** und ungesüßte Tees.
- ✔ **Obst und Gemüse** kann man nie genug essen!
- ✔ Vollkorn ist nährstoffreicher und sättigender als Weißmehl.
- ✔ Reduzieren Sie Zucker und Fett – außer es stammt von Meerestieren, denn deren Fett enthält besonders viele wertvolle Omega-3-Fettsäuren.



Vom Meer in die Apotheke: ein Weg höchster Qualität



Natürlich. Und mit Ursprungsgarantie.

Grünlippmuscheln werden ausschließlich an der Küste der neuseeländischen Südinsel gezüchtet. Die Muscheln werden vor Ort gereinigt, schockgefroren und sofort an Alpinamed® geliefert. Das alles binnen kurzer Zeit und nach höchsten Hygiene- und Qualitätsstandards. Auch unser Fischöl lässt sich lückenlos zurückverfolgen: Die ausgesuchten Meeresfische (Hering, Makrele, Sardine, Sardelle) stammen allesamt aus den Gewässern um Island.

Mit der Qualität unserer Extrakte.

Durch ein schonendes, patentiertes Auszugsverfahren gewinnt Alpinamed® den hochwertigen Lipidextrakt aus dem Fleisch der Grünlippmuschel. Dieser enthält eine ganz besondere Omega-3-Fettsäure, die in Trockenpulver-Produkten übrigens nicht enthalten ist. In einer einzigen Kapsel stecken so zwei ganze Muscheln! Auch das verwendete Fischöl wird auf schonende Weise in Zentrifugen und durch Kaltfiltration gewonnen, sodass alle wertvollen Inhaltsstoffe erhalten bleiben.

Mit belegter Wirkung.

Aus dem Lipidextrakt der Grünlippmuschel und reichhaltigem Fischöl stellen wir die Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3 nach transparenten und innovativen Rezepturen her. Deren Wirkung ist nicht nur subjektiv wahrnehmbar, bei unseren längerfristigen Beobachtungen gemeinsam mit Ärzten und Apothekern wurde sie auch objektiv bestätigt. Für eine unbedenkliche Selbstmedikation, die hält, was sie verspricht.

Mit Kompetenz hergestellt.

Reinheit und Sicherheit der Rohstoffe, Hygiene, Verarbeitung, Rezepturen, ... kurz: Der gesamte Produktionsprozess unterliegt höchsten Qualitätsstandards unter strenger Einhaltung der GMP-Richtlinien der EU (Arzneimittelproduktionsstandard). Dank modernster Technologien und unseres pharmazeutischen Know-how stehen am Ende Produkte in der Apotheke, auf deren Hochwertigkeit Sie sich verlassen können, denn es geht letztendlich nur um eines: Ihre Gesundheit!

Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3

Zur diätetischen Behandlung von entzündlich-rheumatischen Gelenksbeschwerden



- ✓ 1x täglich 2 – 3 Kapseln
- ✓ Glutenfrei
- ✓ Laktosefrei
- ✓ Für Diabetiker geeignet

Chronische Gelenksbeschwerden können vielfältige Ursachen haben – Abnutzung wie bei der **Arthrose** oder eine Fehlreaktion des Immunsystems wie bei der **Arthritis**. Die Symptome sind aber alle ähnlich: Schmerzen, Morgensteifigkeit, eine massive Einschränkung der Beweglichkeit.

Grund dafür ist immer die Entzündung im Gelenk. Deshalb ist der wichtigste Ansatzpunkt bei der Behandlung von chronischen Gelenksbeschwerden, die **Entzündung zu mildern und so Schmerzen und Steifigkeit zu reduzieren. Und damit die Lebensqualität wieder zu steigern.**

Inhaltsstoffe pro Kapsel:

Jede Kapsel enthält 50 mg eines Lipidextrakts aus der Neuseeländischen Grünlippmuschel (*Perna canaliculus*) und 450 mg Fischöl aus den Fischarten Sardinen, Sardelle, Hering und Makrele.

Warum helfen Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3?

- ✓ Sie enthalten einen Lipidextrakt aus der Neuseeländischen Grünlippmuschel und wertvolles Fischöl.
- ✓ Die Kombination der Inhaltsstoffe wirkt entzündungshemmend und verringert dadurch Schmerzen in Gelenken und Wirbelsäule.
- ✓ Für bessere Beweglichkeit und geringere Morgensteifigkeit.
- ✓ Die empfohlene Tagesdosis von 3 Kapseln liefert 450 mg der gesundheitsrelevanten Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA.

Empfehlungen zur Einnahme:

Einmal täglich 2 – 3 Kapseln (bei mehr als 80 kg Körpergewicht 3 Kapseln) mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen, am besten zu einer Mahlzeit. Aufgrund der natürlichen Inhaltsstoffe können Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3 bedenkenlos über einen längeren Zeitraum angewendet werden. Eine **Mindesteinnahmedauer von 3 Monaten** hat sich als **sinnvoll** erwiesen.

Inhalt pro Packung:

60 Kapseln

Neu: jetzt auch zum Cremen: Alpinamed® Mobilitätsbalsam

- ✓ Pflegebalsam zur Entspannung von Muskeln und Gelenken.
- ✓ Nach dem Auftragen entfaltet sich ein wohltuender Wärmeeffekt.
- ✓ Die betroffenen Körperpartien werden entspannt, Beweglichkeit und Gelenkigkeit unterstützt.



Alpinamed®-Produktübersicht

BLASE

- **Alpinamed® Preiselbeer-Filmtabletten**
- **Alpinamed® Preiselbeer-Granulat:** aus dem Extrakt frischer Preiselbeeren + Vitamin C. Zur diätetischen Behandlung von Harnwegsinfektionen.
- **Alpinamed® Trink-Konzentrat:** aus dem Extrakt frischer Preiselbeeren und Cranberries + natürliches Vitamin C. Zur diätetischen Behandlung von Harnwegsinfektionen.

NÄHRSTOFFE

- **Alpinamed® Krill Öl Kapseln:** die wertvolle Omega-3-Quelle. Nahrungsergänzungsmittel aus reinem antarktischen Krill Öl.

BERUHIGUNG

- **Alpinamed® PasseLYT Beruhigungstropfen zum Einnehmen:** Wirkstoff: alkoholischer Auszug aus der Passionsblume. Bei nervöser Unruhe und Schlafstörungen. (1)

ERKÄLTUNG

- **Alpinamed® Holunderblüten Heißgetränk:** + Fichtenspitzen, Vitamin C aus Acerola und Zink. Nahrungsergänzungsmittel für ein funktionierendes Immunsystem.
- **Alpinamed® Hustenlöser Tropfen zum Einnehmen (1)**
- **Alpinamed® Hustenlöser Sirup (1)**
- **Alpinamed® Hustenlöser Pastillen:** Wirkstoff: Trockenextrakt aus Efeublättern. Zur Linderung des Hustens bei Katarrhen der Atemwege. (1)

MOBILITÄT

- **Alpinamed® Mobilitätskapseln + Omega 3:** Grünlippmuschel-Lipidextrakt und wertvolles Fischöl. Zur diätetischen Behandlung von entzündlich-rheumatischen Gelenksbeschwerden.
- **Alpinamed® Mobilitätsbalsam:** Grünlippmuschel-Lipidextrakt und wertvolles Fischöl. Pflegebalsam für Muskeln und Gelenke mit wohltuendem Wärmeeffekt.

PROSTATA

- **Alpinamed® Prostata Kapseln:** Granatapfel + Lycopin + Selen. Nahrungsergänzungsmittel zur Gesunderhaltung der Prostata.

HERZ & GEFÄSSE

- **Alpinamed® Omega 3 Herz und Gefäße:** Kapseln mit Omega-3-Fettsäuren aus Fischöl und Grünlippmuschel-Lipidextrakt. Zur diätetischen Behandlung von erhöhten Blutfettwerten (Triglyzeriden).

HAUT

- **Alpinamed® Kühlgel:** mit Essigsaurer Tonerde, Arnika und wertvollen Pflanzenextrakten. Kühlendes Gel für Haut, Muskeln und Gelenke.
- **Alpinamed® Handbalsam:** mit Nachtkerzenöl, Mandelöl und Extrakten aus der Ringelblume. Schutz und Pflege für Hände und Nägel.



„Die Urkraft der Natur:
Für die Gesundheit des Menschen!“

„Wir kennen, nützen und schützen die Natur: Für Sie!“

Intelligente Rezepturen, natürliche Rohstoffe, deren Ursprung streng kontrolliert wird, und modernste Produktionsmethoden – das ist unser Qualitätsvorsprung. Alpinamed® ist in der Apotheke erhältlich, samt professioneller Beratung.

Erhältlich in Ihrer Apotheke.

www.alpinamed.at

(1) Als Arzneimittel zugelassen.
Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



Alpinamed®
URKRAFT DER NATUR



CCB, ALP, MO, Kno805