

Liebe anatis Therapeuten und Wiederverkäufer!

Die neuen Ayurveda-Produkte und die [Ayurveda Body & Soul Reinigungskur](#) erfreuen sich bereits großer Beliebtheit, dennoch kamen Therapeuten mit einem Wunsch auf uns zu und zwar in Bezug auf das großartige [Ayurveda-Massageöl aus Kerala](#), ein von Ayurveda-Ärzten entwickeltes Original mit vielen Pflanzenauszügen. Es ist ein Kapha Öl. Und was ist mit Vata und Pitta? Bekommen wir auch noch. In zwei Wochen sind die wertvollen Öle erhältlich.



Magnesium entscheidet über die Wirksamkeit von Vitamin D!

Wir haben gerade einige neue Produkte entwickelt, dennoch kommt noch ein weiteres hinzu: Hochdosiertes Vitamin D3 mit 5000 IE + 100 mcg K2 pro Kapsel. Magnesium ist auch mit dabei. Warum? Vitamin D kann gar nicht verstoffwechselt werden, wenn nicht gleichzeitig ausreichend Magnesium für die Tätigkeit jener Enzyme zur Verfügung steht, die das Vitamin D in seine aktive Form umwandeln. Es kann dann weder vom Körper genutzt noch im Körper transportiert werden, denn auch für die Transportmoleküle ist Magnesium essentiell. Noch so hohe Dosen Vitamin D bleiben dann ungenützt. Schließlich spielt auch noch das Parathormon der Nebenschilddrüse für die Regulation des Vitamin D-Spiegels eine zentrale Rolle und auch hier besteht wieder die Abhängigkeit von einer guten Magnesiumversorgung.

Vitamin D extra einnehmen - eventuell auch in hoher Dosierung

Speziell im Winter kann man extra Vitamin D gut brauchen. Aufschluss gibt der Vitamin D-Spiegel im Blutbild. Allerdings geht man heute immer noch von relativ niedrigen Referenzwerten von 30 bis 50 ng/ml im Serum aus, womit sich etliche Experten nicht zufriedengeben und speziell für guten Krebschutz Werte um die 60 ng/ml bis sogar 100 ng/ml fordern. Therapeuten haben uns deshalb aufgefordert, zusätzlich zum zuletzt entwickelten [Vitamin D3+K2+Goji Beere](#) mit 2000 IE Vitamin D3 auch noch ein höher dosiertes Vitamin D Präparat anzubieten. Das haben wir nun in Angriff genommen und in zwei Wochen wird es verfügbar sein. Mit 2 Kapseln kommt man auf 10.000 IE. Damit lässt sich der Vitamin-D-Spiegel um 1nmol/l erhöhen. Mit hochdosierten Präparaten kann ein akuter Vitamin-D-Mangel daher innerhalb von 10 bis 14 Tagen behoben werden.

Warum nicht gleich diese Dosis in einer einzigen Kapsel?

Weil wir das schnell verfügbare Magnesiumcitrat hinzugefügt haben. Keine Riesenmengen, die haben auch in zwei Kapseln keinen Platz, aber immerhin 30 Prozent des Tagesbedarfs. Um darüber hinaus Magnesiumdepots zu schaffen, kann man zusätzlich noch etwa zu [kolloidalem Magnesium](#) oder [Magnesium 5 in 1 Komplex](#) greifen.

Wie ist eine so hohe Vitamin D3-Dosis rechtlich möglich?

5000 IE entsprechen 2500 Prozent des derzeit in der EU gültigen Tagesbedarfs. Dazu muss in der Einnahmeempfehlung stehen, dass man eine Kapsel nur jeden 5. Tag einnimmt. Wenn man also möchte, dass der Klient 10.000 IE täglich einnimmt, muss man ihn extra darauf hinweisen, dass er stattdessen 2 Kapseln täglich einnehmen soll. Laut neuester Studien ist das auch effektiver als nur wochenweise. Etwa 10 bis 14 Tage sollten – je nach Ausgangslage, Gewicht und Vorerkrankungen – reichen, um einen angemessen hohen Vitamin D-Spiegel im Blut zu erzielen. Danach kann man mit einer Kapsel fortsetzen oder auch mit dem schwächer dosierten [Vitamin D3+K2+Goji](#) mit 2000 IE oder mit [Champignon Vitamin D](#) oder [Krillöl](#) mit je 1000 IE pro Kapsel.

Interessanter Zusammenhang: Vitamin D-Mangel und Übergewicht

In Studien mit Übergewichtigen fallen niedrige Vitamin D-Spiegel auf. Außerdem beobachten wir, dass man im Winter leichter zu und schwerer abnimmt, Stichwort: Winterspeck. Das hat mit weniger Bewegung zu tun, aber nicht nur. Bei Vitamin D-Mangel wird der Stoffwechsel heruntergefahren und es fehlt auch noch die Unterstützung durch Vitamin D bei der Verwertung von Fett und dessen Umwandlung in Energie. Jeder Bissen legt sich leichter an, mehr Fett wird in Depots eingelagert und das Abnehmen ist schwieriger, da Fettzellen langsamer abgebaut werden. Bei Vitamin D-Mangel werden außerdem chronische Entzündungen angefeuert, wodurch Stress entsteht, der den Stoffwechsel ebenfalls herunterfährt.

Weniger Sättigungsgefühl

Gehirnzellen, die Stoffwechsel, Hunger und Sättigung kontrollieren, verfügen über Vitamin-D-Rezeptoren. Das Hormon Leptin lässt im Gehirn das Sättigungsgefühl entstehen, braucht dazu jedoch Vitamin D, damit die Zellen überhaupt auf das Hormon reagieren. Bei Vitamin D-Mangel lässt die Funktionsfähigkeit dieser die Sättigung steuernden Zellen nach. Wir haben deshalb mehr Hunger als bei guten Vitamin D-Spiegeln und essen folglich auch mehr. Außerdem spielt noch etwas eine Rolle. Bei bestehendem Vitamin-D-Mangel wird weniger appetitregulierendes Kalzium über die Darmschleimhaut aufgenommen und man will auch deshalb automatisch mehr essen. Weniger Vitamin D im Winter bedeutet auch weniger Serotonin und der Griff zu Süßem, der erleichtert und angenehm stimmt, ist häufiger.

Vitamin D nehmen und alles ist gut?

Man versteht also sehr schnell, dass man speziell im Winter extra Vitamin D gut brauchen kann. Aber eben nicht allein. Magnesium spielt eine große Rolle für die Vitamin D Aufnahme, aber auch für das Gewichtsmanagement an sich!

Denn Magnesiummangel

- Führt zu Heißhungerattacken
- Hemmt die Fettverdauung
- Fördert die Fetteinlagerung

- Blockiert den Fettabbau
- Führt zu Blutzuckerschwankungen
- Kann für das Nichtansprechen der Zelle auf Insulin verantwortlich sein (Insulinresistenz)
- Sorgt für erhöhte Stressanfälligkeit
- Aktiviert das „Dickmacher-Gen“
- Macht B-Vitamine im Stoffwechselgeschehen wirkungslos

Tipp aus der Naturheilkunde

Schulangst bei Kindern mit Kolloiden behandeln

Kolloidales Gold löst innere und äußere Widerstände auf und stärkt das Selbstbewusstsein. Das ist auch bei [kolloidalem Eisen](#) der Fall. Beide zusammen können bei ängstlichen Kindern, aber auch bei ängstlichen Hunden und Katzen in faszinierender Weise Erleichterung verschaffen. Wie bei einem 6jährigen Mädchen, das ein Problem mit der Einschulung hatte und wochenlang jeden Morgen weinte. Die Mutter gab der Tochter je 5 Sprüher [kolloidales Gold](#) und [Eisen](#) am Tag. Die Ängste und Unsicherheiten ließen nach und das Kind geht mittlerweile gerne zur Schule.



FALLBERICHTE aus dem Therapeuten-Netzwerk

Helicobacter pylori

Frau, bekommt Helicobacter pylori Befall mit [Grapefruitkernextrakt](#) und [Schwarzkümmel](#) innerhalb von ein paar Wochen vollständig und per Befund in den Griff.

Offenes Geschwür am Bein

Frau, hartnäckiges Geschwür heilt ab mit [kolloidalem Silber](#) und [kolloidalem Germanium](#) äußerlich auf die Wunde und Einnahme von [Papayablatt](#) Kapseln. Bei offenem Bein und hohen Homocystein-Werten wäre noch die [pflanzliche Schwefelverbindung MSM](#) zusätzlich empfohlen.

Zahn- und Kieferprobleme

Frau, hat beste Erfahrungen mit der Anwendung von [Vitamin D3](#), [flüssigem Silizium](#) und [Cissus](#) Kapseln. Ihre Knochendichte im Kiefer kann damit binnen weniger Wochen auf Normalwert gebracht werden.

Sodbrennen

Mann 42, seit längerer Zeit immer wieder Einnahme von Pantozol wegen dauerhaftem heftigem Sodbrennen. Er setzte die Medikamente ab, begann mit der Einnahme von [kolloidalem Bismut](#) 10 Sprüher und 3 Sprüher kolloidalem Aluminium. Nach zwei Tagen spürt er ganz deutliche Linderung, nach etwas mehr als einer Woche ist er komplett befreit von Sodbrennen.

Mundgeruch

Frau 24, litt sehr unter Mundgeruch. Nach einer Woche [kolloidalem Bismut](#) Einnahme (10 Sprüher) war er nicht mehr vorhanden.

Veranstaltungstipp

Ein chinesischer Meister berichtet seine Erfahrungen aus dem größten medizinlosen Krankenhaus der Welt in China und lehrt Theorie und Praxis von Zhineng Qigong in einem 5-Tages-Retreat in Kärnten 22.-26.11.

Nähere Infos Telegram: https://t.me/+p6_qGr1qm4g4ZmQ0

Bei Fragen steht Ihnen das anatis-Team gerne von
Montag bis Donnerstag 8.00-14.00 Uhr und Freitag 8.00 - 12.00 Uhr zur Verfügung

Herzliche Grüße

Ihr **anatis-Team**



ANATIS NATURPRODUKTE Handels GmbH

Telefon: +43 3325 88 800

Homepage: www.anatis-naturprodukte.com

Verein: www.naturundtherapie.at