

- Das Plus für den Blutzuckerspiegel
- Nahrungsergänzungsmittel
- Mit Chrom

Anzeichen für größere Schwankungen des Blutzuckerspiegels sind ständiges Verlangen nach Zucker, schlechte Konzentrationsfähigkeit, Einschlafprobleme, Stimmungsschwankungen, Energielosigkeit und unerwünschte Gewichtszunahme. Chrom ist ein essenzielles Spurenelement, das die Arbeit von Insulin unterstützt und so hilft, den Blutzucker zu kontrollieren. Deshalb trägt Chrom zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei.

## Blutzuckerschwankungen – ständiges Auf und Ab

Der Blutzuckerspiegel, also der Gehalt an Glukose im Blut, ist keine starre Größe. Morgens ist er meist sehr niedrig, nach einer Mahlzeit steigt er dann deutlich an. Auch körperliche Aktivität und Stress beeinflussen den Verbrauch von Blutzucker. Nach einer großen Anstrengung fühlt man sich ausgelaugt und unterzuckert und braucht dann schnell neue Energie in Form von zugeführten Kohlenhydraten. Das verstärkt nochmals das natürliche Auf und Ab, zumal die Ernährung eine wichtige Rolle spielt: Insbesondere die Zufuhr isolierter, konzentrierter Kohlenhydrate führt zu einem abrupten, steilen Anstieg des Blutzuckers, worauf dann eine Phase der Unterzuckerung folgt. Denn die Bauchspeicheldrüse schüttet als Antwort auf die starke Zuckerkonzentration im Blut vermehrt Blutzucker senkendes Insulin aus. Als Ergebnis fällt der Blutzuckerspiegel unter den Normalwert. Und diesem Tief begegnen viele Menschen mit noch mehr Zucker in Form eines süßen Snacks oder schnell verdaulichen Backwaren. Das kann zu einer regelrechten Achterbahnfahrt des Blutzuckerspiegels führen.

## Den Blutzuckerspiegel stabilisieren

Bei der Blutzuckerkontrolle spielt Chrom eine wesentliche Rolle. Allerdings können einseitige Ernährungsgewohnheiten zu einem Chrommangel führen. Nämlich dann, wenn viele kohlenhydratreiche Nahrungsmittel wie Zucker und Getreide gegessen werden, die einerseits wenig Chrom enthalten und gleichzeitig seine Ausscheidung fördern. Als Folge kann Chrommangel auch zu Überzuckerung (Hyperglykämie) führen und eine gestörte Glukosetoleranz (erhöhter Blutzucker nach dem Essen) mitverantworten. Ein unkontrollierter Blutzucker und Störungen des Insulinprozesses sind heute weit verbreitet.

„Plus – Gutes für den Blutzuckerspiegel“ enthält Chrom in Form von Chrompicolinat, da dieses deutlich besser im Darm aufgenommen wird als andere Chromverbindungen. Weitere Komponenten der Rezeptur sind Extrakte aus Queckenwurzel und weißen Kidneybohnen sowie Pulver aus Schopftintling, Guarkern, Blaubeeren und Cordyceps Siensis. Zusätzlich enthalten die Kapseln Vitamin C sowie den exklusiven PlantaVis-Zellschutzkomplex.

- Chrom trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen und zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei.
- Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.



**Tip:** Wenn Sie jede Mahlzeit, die Kohlenhydrate enthält, mit Eiweiß und gesunden Fetten kombinieren, trägt das dazu bei, den Blutzuckerspiegel zu stabilisieren. Denn Eiweiß und Fett wirken als Puffer, um die Aufnahme von Zucker in den Blutstrom zu verlangsamen, was den Blutzuckerspiegel vor großen Schwankungen schützt.

## Verzehrempfehlung:

Täglich 3 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

## Hinweise:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25 °C.

## Zutaten:

Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, Cordycepspulver, Queckenwurzel-Extrakt, Blaubeeren-Pulver, Schopftintling-Pulver, Guarkern-Pulver, Kidneybohnen-Extrakt, Zellschutz-Komplex (Camu-Camu-Extrakt mit 20 % L-Ascorbinsäure<sup>1</sup>, L-Ascorbinsäure<sup>1</sup>, Jiaogulanextrakt, Cordycepspulver, Shiitakepulver, Kapernextrakt, Astragaloside IV (1 %), **Gerstenextrakt** mit 20–25 %  $\beta$ -Glucan, Chlorophyllin, Melonenextrakt (EXTRAMEL<sup>®</sup>), schwarzer Pfefferextrakt mit 95 % Piperin), Chrompicolinat

<sup>1</sup> Vitamin C trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Zusammensetzung	pro Tagesdosis (3 Kapseln)	RM (%)
Vitamin C	32,00 mg	40,00 %
Chrom	18,66 $\mu$ g	46,65 %

RM (%): Referenzmengen für den durchschnittlichen Erwachsenen nach LMIV

**Inhalt:** 90 Kapseln (50,9 g)

**PZN:** 11101313

Hergestellt in Deutschland

Natürliche Kraft aus der Pflanze

PlantaVis GmbH, Rudeloffweg 9, DE-14195 Berlin, Web: [www.plantavis.de](http://www.plantavis.de)  
Tel.: (0) 30 89 000 105, Fax: (0) 30 89 000 110, E-Mail: [info@plantavis.de](mailto:info@plantavis.de)

PLANTAVis



# STOFFWECHSEL

---

Der Stoffwechsel, auch Metabolismus genannt, steuert verschiedene chemische Prozesse im menschlichen Körper.