



Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Lutein für Erwachsene.

Centrum enthält sorgfältig aufeinander abgestimmte Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Lutein. Diese Nährstoffe unterstützen den Funktionsablauf unseres Körpers und sind wie Kohlenhydrate, Fette und Proteine (Eiweiße) Bestandteile unserer Lebensmittel, allerdings in sehr viel kleineren Mengen. Sie sind nicht durch andere Stoffe zu ersetzen und müssen deshalb dem Körper regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden.

Ein erhöhter Bedarf kann immer wieder auftreten; zumeist sind mehrere Nährstoffe zugleich betroffen. Besonders gilt dies für Kinder, Jugendliche, ältere Menschen, Schwangere, Stillende und Sportler. Auch bei Erwachsenen, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, sich häufig von Fast Food ernähren, Diäten einhalten oder Schlankheitskuren machen, kann ein erhöhter Bedarf bestehen.

Allgemein gilt: Je unausgewogener die Nahrungsaufnahme ist, desto schwieriger ist es, genügend Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente aufzunehmen.

Vitamine sind unentbehrliche, chemisch sehr unterschiedliche Verbindungen. Sie dienen als Reglersubstanzen im gesamten Stoffwechselgeschehen. Sie sind notwendig für die Funktion von Augen, Knochen, Zellen und Blutzellen. Vitamine sind in fast allen Lebensmitteln in unterschiedlicher Menge enthalten, hauptsächlich jedoch in frischem Obst und Gemüse.

Carotinoide sind gelb-rötliche Pigmente, von denen 500 – 600 Varianten in der Natur vorkommen. Überwiegend findet man sie in Obst und Gemüse, denen sie die intensiven roten und gelben Farben verleihen. Auch grüne Pflanzen sind oft reich an Carotinoiden, dabei wird die Farbe der Carotinoide allerdings von den grünen Blattfarbstoffen überdeckt.

Centrum enthält Beta-Carotin, von dem sich der Name der ganzen Gruppe der Carotinoide ableitet. Ein weiteres wichtiges Carotinoid ist das Lutein.

Lutein findet sich vorwiegend in grünem Blattgemüse wie Rosenkohl, Brokkoli, Grünkohl und Spinat. Es ist ein Carotinoid, das im menschlichen Auge in der Macula lutea (= gelber Fleck), der Stelle des schärfsten Sehens, vorhanden ist.

Zu den **Mineralstoffen** gehören Calcium, Phosphor, Magnesium, Natrium, Chlorid und Kalium. Insgesamt liegt der Bestand bei etwa 5 % des Körpergewichts. Sie erfüllen wichtige Aufgaben als Bau- und Reglerstoffe in den Knochen und im Bindegewebe. Außerdem wirken sie als Aktivatoren oder Bestandteile von Enzymen (= Proteine, die die Reaktionen im Körper beschleunigen), Hormonen und roten Blutkörperchen. Einige sind an der Aufrechterhaltung der Gewebespannung beteiligt oder sind für die Funktion der Nerven wichtig.

Die Gesamtmenge aller im Körper vorhandenen **Spurenelemente** ergibt nur etwa 10 g. Trotz der geringen Mengen (Spuren) sind die Spurenelemente Eisen, Jod, Zink, Mangan, Kupfer, Selen, Chrom und Molybdän lebensnotwendig.

Antioxidantien: Bestimmte Vitamine, dies sind Vitamin C und Vitamin E sowie das Spurenelement Selen, wirken zusätzlich zu ihren speziellen Funktionen auch als Antioxidantien, d.h. sie können so genannte freie Radikale fangen und neutralisieren und somit die Zellen vor oxidativem Stress schützen. Freie Radikale wirken hauptsächlich von außen auf unseren Körper ein und sind in Abgasen, Smog, Ozon und im Zigarettenrauch enthalten. Sie können aber auch, z.B. durch erhöhte Belastungen im Alltag, von unserem Körper selbst gebildet werden. Die Antioxidantien sind daher besonders wichtig und sie unterstützen die Funktionsfähigkeit unseres Organismus.



Abwehrkräfte

Vitamin C, Zink und Selen unterstützen die Funktion des Immunsystems.



Gehirn

Zink und Eisen unterstützen die Denkfunktion.



Augen

Vitamin A und Zink unterstützen die Sehkraft.



Zellschutz

Vitamin E, Zink und Kupfer zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.



Energie

B-Vitamine, Kupfer und Mangan unterstützen den Energiestoffwechsel.

Wertvolle Tipps für Centrum:

- Tabletten zur täglichen Ergänzung Ihrer Nahrung
- Sollten Sie 1x täglich einnehmen
- Glutenfrei
- Mit Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen
- Leicht zu schlucken durch die Beschichtung
- Bei Bedarf in zwei Hälften zerteilen
- Bei Raumtemperatur trocken aufbewahren

Centrum – mit Sicherheit von guter Qualität

Centrum unterzieht sich regelmäßigen Qualitätskontrollen. Das Produkt und seine Inhaltsstoffe, aber auch der gesamte Herstellungsprozess werden streng überwacht. Der guten Centrum Qualität können Sie vertrauen!

Centrum gibt es ausschließlich beim Spezialisten – in Ihrer Apotheke.



Weitere Centrum Produkte*

<p>Centrum Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung von A bis Zink für Erwachsene</p> 	
<p>Centrum frisch & fruchtig Lutsch-Tabletten mit wichtigen Nährstoffen zur täglichen Nahrungsergänzung für die ganze Familie</p> 	<p>Centrum Generation 50+ Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für die Altersgruppe 50+</p> 
<p>Centrum für Sie Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Frauen</p> 	<p>Centrum für Ihn Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Männer</p> 
<p>Centrum für Sie 50+ Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Frauen ab 50 Jahren</p> 	<p>Centrum für Ihn 50+ Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Männer ab 50 Jahren</p> 

* Nicht alle Produkte sind in Österreich erhältlich

Weitere Informationen finden Sie auch auf der Internetseite:

www.centrum-online.de
www.centrum.at

Pfizer Pfizer Consumer Healthcare GmbH
Linkstraße 10 · 10785 Berlin
Pfizer Corporation Austria Gesellschaft m.b.H
Consumer Healthcare
Floridsdorfer Hauptstraße 1 · 1210 Wien