

## Was sind Beta-Glucane?

Beta-Glucane sind Vielfachzucker, die als einzigen strukturellen Bestandteil Glucose (Zucker) enthalten. Diese einzelnen Bausteine sind über sogenannte glycosidische Bindungen miteinander verbunden.

## Wo finden wir Beta-Glucane?

Beta-Glucane kommen in verschiedenen Lebensmitteln vor. Am geläufigsten sind sie wohl als Zellulose der Pflanzen, aber auch in verschiedenen Pilzarten, Bakterien sowie in den Zellwänden der Bäckerhefe sind Beta-Glucane enthalten.

## Was ist das Besondere am Beta-Glucan der Bäckerhefe?

Es hat sich in verschiedenen Untersuchungen gezeigt, dass unser Körper Beta-Glucan nicht ohne Weiteres aus Lebensmitteln herauslösen kann um es anschließend optimal zu verwerten. Daher musste eine Möglichkeit geschaffen werden, diesen besonderen Stoff aus Lebensmitteln zu extrahieren um ihn auch für unseren Organismus verwertbar zur Verfügung zu stellen.

Das beste und schonenste Verfahren ist, Beta-Glucan aus Bäckerhefe zu gewinnen.

Da es sich hierbei lediglich um den extrahierten Anteil des Beta-Glucans aus der Hefe handelt, kommt der Verzehr auch denjenigen zu Gute, die sonst keine

Hefe vertragen können.

## Welche Bedeutung können Beta-Glucane auf unseren Organismus haben?

Beta-Glucane können unterschiedlich aufgebaut sein. Die spezielle Struktur des in den Hefezellwänden vorkommen-den Beta-Glucans wird als „(1,3)-(1,6)-Beta-D-Verzweigung“ bezeichnet.

Beta-Glucan dieser Form gilt als immunsteigernd. Dabei aktiviert es die „Fresszellen“ (Makrophagen) des Körpers. Diese können durch Beta-Glucane gestärkt werden, um ihre Aufgaben optimal zu erfüllen. Diese überaus wichtigen Zellen erkennen nämlich körperfremde Organismen wie Bakterien oder Viren und eliminieren sie umgehend.

Je besser sie ihrem Auftrag nachgehen, desto besser ist es für unser Immunsystem.

Darüber hinaus kommt es sowohl zu einer Steigerung der Bildung von Antikörpern gegen körperfremde Erreger als auch zur Aktivierung weiterer Zellen im Abwehrsystem des Körpers.

Als Ballaststoff kann sich Beta-Glucan zudem äußerst positiv auf den Blutzuckerspiegel und Cholesterinspiegel auswirken.

Außerdem wirkt es stabilisierend und ausgleichend auf die Darmflora.

## Wann ist es sinnvoll, unsere Abwehrkräfte zu unterstützen?

Eine wichtige Voraussetzung dafür, dass wir uns fit fühlen und unsere Körperfunktionen intakt sind, ist ein starkes Immunsystem. Falsche, unausgewogene Ernährung, Stress und hohe Belastung im Alltag können das Immunsystem des Körpers schwächen.

Das Immunsystem chronisch kranker Menschen ist häufig einer besonderen Belastung ausgesetzt. Aber auch wenn wir gesund sind, ist es sinnvoll, unsere Abwehrkräfte zu stärken.

Leistungssportler sind zum Beispiel einer besonders großen Belastung des Immunsystems durch oxidativen Stress ausgesetzt und können so anfälliger für Infektionen werden.

Aber auch mit fortschreitendem Alter ist es wichtig, auf den Erhalt der körpereigenen Abwehrkräfte zu achten. Mit zunehmender Lebensdauer nimmt nämlich die Stärke des Immunsystems auf ganz natürlichem Wege ab, so dass eine zusätzliche Unterstützung der Abwehrkräfte mehr und mehr an Bedeutung gewinnt.

Letztendlich sind gerade in der für Erkältungskrankheiten typischen „nasskalten Jahreszeit“ die Stärkung und der Erhalt unserer körpereigenen Abwehrkräfte ein sinnvoller Beitrag zu unserer Gesundheit.

Auch für Menschen, die beruflich viel mit anderen Menschen in Kontakt treten, kann eine Nahrungsergänzung mit Beta-Glucan von Nutzen sein, um eine mögliche Ansteckung mit verschiedenen Erregern entgegen zu wirken.

Im Anschluss an eine Operation ist das Infektionsrisiko besonders hoch. Auch hier kann eine Unterstützung mit Beta-Glucan sehr sinnvoll sein.

### Was ist das Besondere an NATUR VITAL Beta-Glucan?

- *Zusammensetzung*
- *Verträglichkeit*
- *immunstimulierende Wirkung*

### Inhalt:

1-3,1-6 Beta Glucan                      250 mg

### Verzehrempfehlung:

Als Nahrungsergänzung 1 Kapsel täglich zum Essen (am besten zusammen mit Antioxidantien).

### Beta Glucan unterstützt die Gesundheit bei:

- **Antibiotikagaben**
- **Besonderen körperlichen Anforderungen**
- **Fortgeschrittenem Alter**
- **Rekonvaleszenz**
- **Leistungssport**
- **Stress**

NATUR VITAL

---

# BETA GLUCAN

---



---

*Fit* **Sein**  
**Gesundheitsprodukte**  
Am Schulfang 5a, D-84172 Buch  
Tel: 08709-900 4190 Fax: 4189  
ePost [info@fitsein.de](mailto:info@fitsein.de)  
[www.foodstate.de](http://www.foodstate.de)