



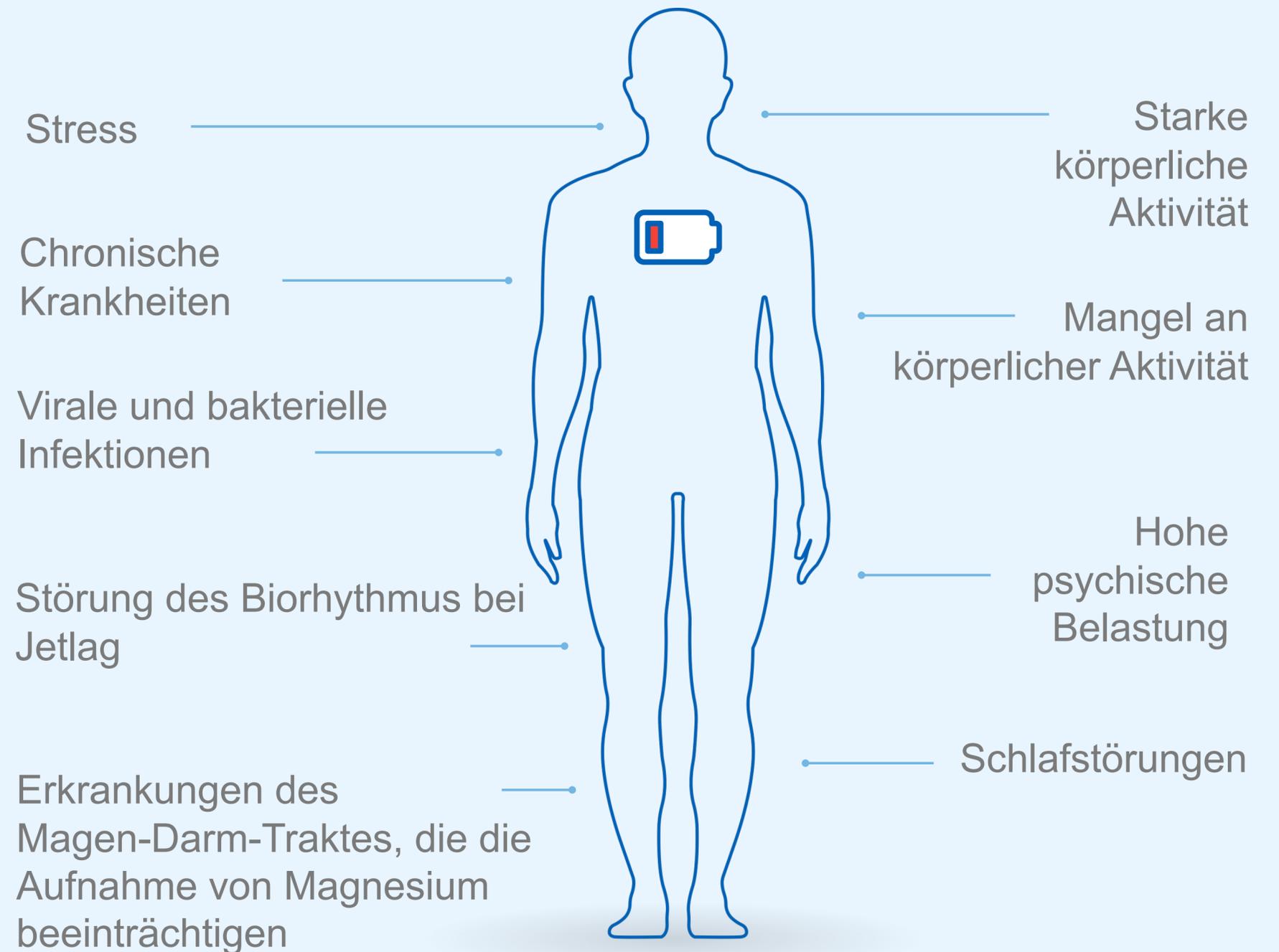
Oceanmin

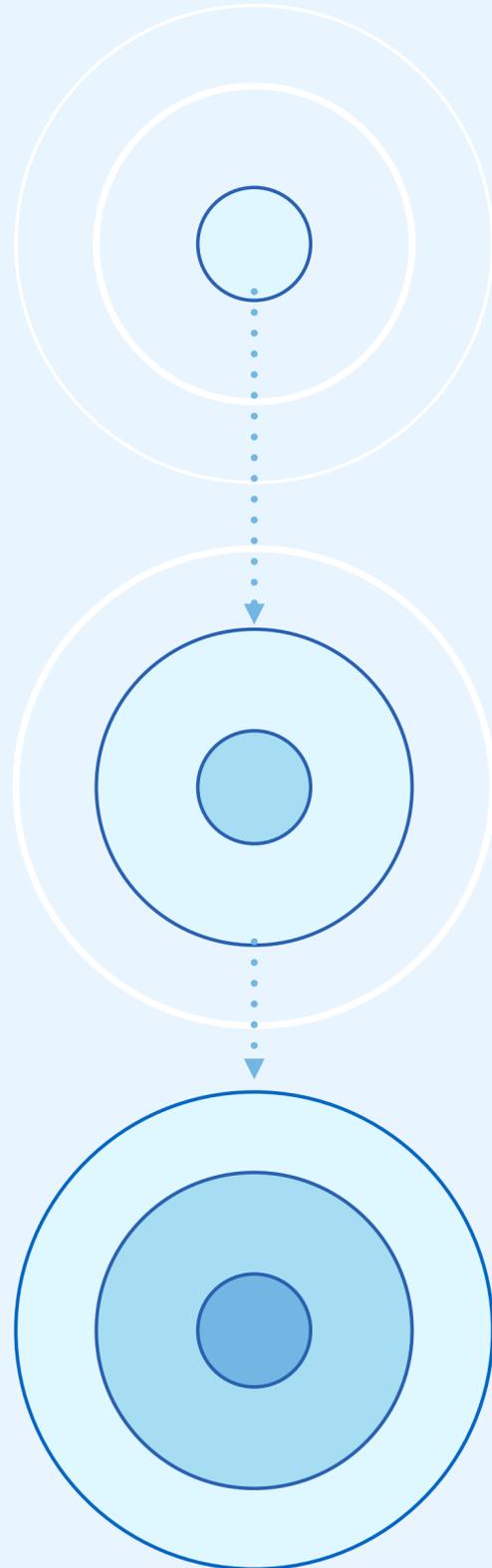
Deep Ocean Minerals

Müdigkeit als Folge des modernen Lebensrhythmus

**A. S. Avedisova Antiasthenika als Therapie der ersten Wahl bei asthenischen Störungen // BC. 2004. Nr. 22, S. 1290.
A. S. Avedisova Therapie asthenischer Zustände // Pharmaceutical Bulletin. 2003. Nr. 3 (282). S. 15-16.
O.V. Vorobieva Die Vielseitigkeit des Phänomens Asthenie // RMZh. 2012. Nr. 5. S. 248–252.
M.A. Lebedev, Palatov S. Yu., Kovrov G.V. Neurosen (Klinik, Dynamik, Therapie) // BC. Medizinische Überprüfung. 2013. Nr. 3. S. 165–168*

Ursachen der Müdigkeit





Müdigkeit ist ein **Symptom**, kein autonomer Zustand.

Verminderte Energie, Leistung und Motivation.

Schnelle Ermüdung ist eine **Folge von Müdigkeit**.

Konzentrationsstörungen, Angst, Schwäche, Schlafstörungen, Reizbarkeit, erhöhte Lichtempfindlichkeit.

Überlastung ist eine **gesundheitsgefährdende Folge anhaltender Müdigkeit**.

Schlafstörungen, Apathie, Herzrhythmus- und Atmungsstörungen, vermehrtes Schwitzen, Kopfschmerzen, Schwindel, Lethargie, Muskelschmerzen, verminderte Immunität.

In der heutigen Welt sind chronische Müdigkeit und Burnout **anerkannte Diagnosen**

90% der Fälle von chronischer Müdigkeit werden nicht diagnostiziert

51% der Erwachsenen leiden unter Stress im Zusammenhang mit Müdigkeit

70% der Menschen fühlen sich jeden Tag bei der Arbeit müde

20% der tödlichen Verkehrsunfälle sind mit Ermüdung des Fahrers verbunden

* Burnout am Arbeitsplatz ist im Katalog der Internationalen Klassifikation der Krankheiten (ICD-11) unter dem Namen „Burnout“ und dem Code QD85 enthalten. Die Entscheidung fiel auf der Weltgesundheitsversammlung, die am Vortag in Genf zu Ende ging. Der neue Katalog tritt am 01.01.2022 in Kraft.

Müdigkeit in der norwegischen Allgemeinbevölkerung: normative Evidenz und Assoziationen. Jon håvard loge, øivind ekeberg, stein kaasa. Müdigkeit in der norwegischen Allgemeinbevölkerung: normative Daten und Assoziationen. Zeitschrift für psychosomatische Forschung. Band 45, Ausgabe 1, 1998, Seiten 53-65.* Laut einem Bericht des National Safety Council (NSC www.nsc.org) aus dem Jahr 2018 leiden zwei Drittel der US-Berufstätigen unter Müdigkeit am Arbeitsplatz. Das bedeutet, dass fast 107 Millionen der 160 Millionen amerikanischen Arbeitnehmer an beruflicher Erschöpfung leiden. Müdigkeit, die akut oder chronisch sein kann, wird vom NSC als "ein Gefühl von Müdigkeit, Schläfrigkeit, verminderter Energie und erhöhter Anstrengung, die erforderlich ist, um Aufgaben auf einem gewünschten Niveau auszuführen", definiert.

Beschwerden ähnlich wie Müdigkeit und chronisches Müdigkeitssyndrom in der Allgemeinbevölkerung. Marjolein van't Leven, Gerhard A. Zielhuis, Jos W. Van der Meer, André L. Verbeek, Gijs Bleijenbergh, Müdigkeit und chronische Erschöpfungssyndrom-ähnliche Beschwerden in der allgemeinen Bevölkerung, European Journal of Public Health, Volume 20, Issue 3, Juni 2010, Seiten 251–257,* Laut einem Bericht des Institute of Medicine (IOM) aus dem Jahr 2015 leiden bis zu 2,5 Millionen Menschen in den Vereinigten Staaten an einem chronischen Müdigkeitssyndrom (CFS), wobei 90 % dieser Fälle nicht diagnostiziert werden.

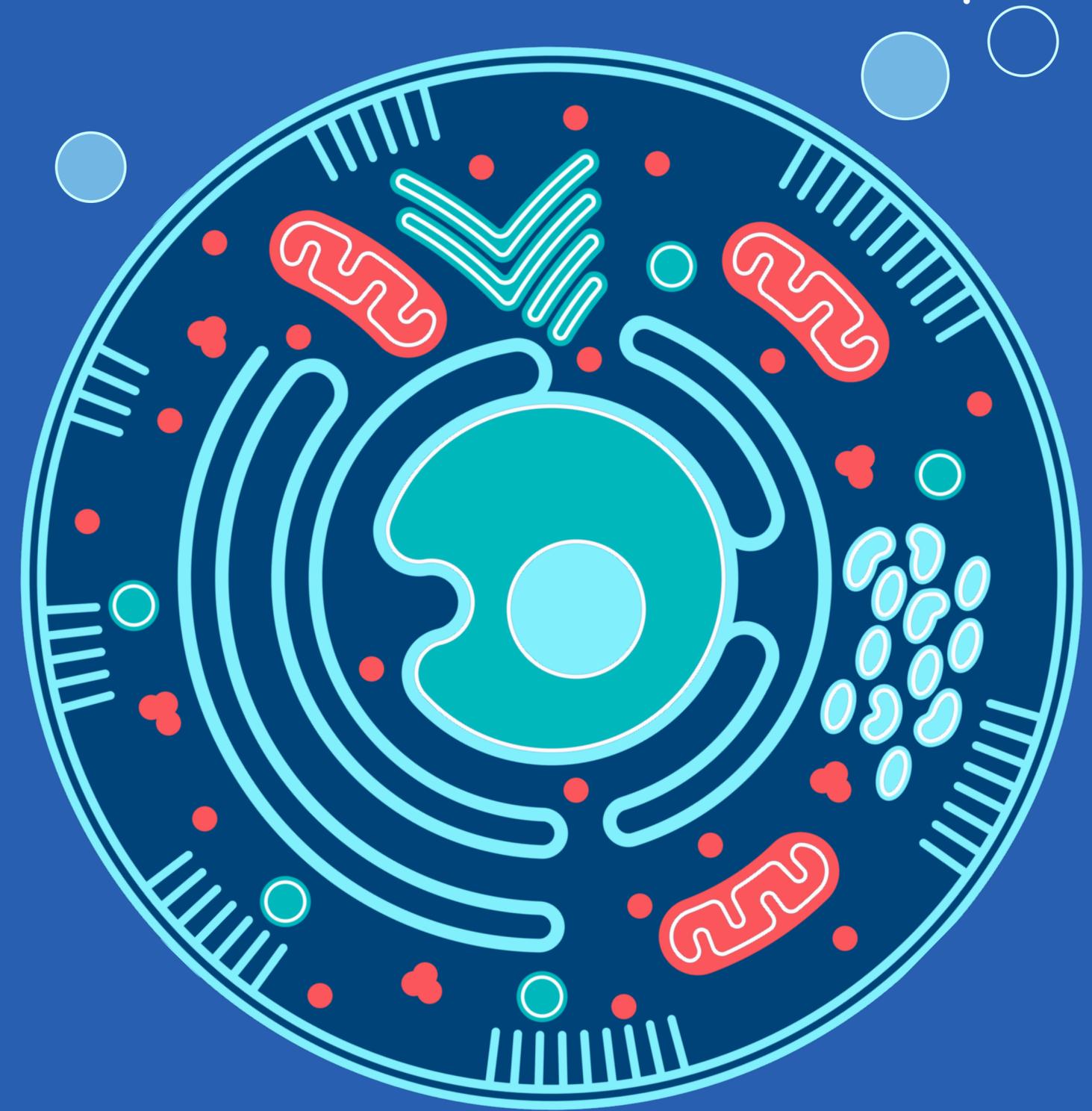
Im Vergleich zu akuter Müdigkeit, die mit ausreichender Ruhe und Entspannung gelindert werden kann, ist CFS eine behindernde und langfristige Krankheit, die durch Ruhe nicht heilt. Es ist eine Krankheit, die oft missverstanden und falsch diagnostiziert wird, weil sowohl der Patient als auch der Arzt nicht informiert sind. (<https://www.cdc.gov/me-cfs/about/index.html>)Junghaenel DU, Christodoulou C, Lai JS, Stone AA. Demografische Korrelate von Fatigue in der US-amerikanischen Allgemeinbevölkerung: Ergebnisse der Initiative Patient-Reported Outcome Measurement Information System (PROMIS). J Psychosom Res. 2011; 71 (3): 117-123. Doi: 10.1016 / j.Jpsychores.2011.04.007*

Die Prävalenz von Müdigkeit in 2 Wochen der Forschung betrug 37,9 % (Ricci JA, Chee E, Lorandean AL, Berger J. Fatigue in the US Workforce: Prävalenz und Implikationen für verlorene produktive Arbeitszeit (1): 1-10. Doi: 10.1097 / 01.Jom.0000249782.60321.2a. PMID: 17215708.)

Müdigkeit beginnt in der Zelle

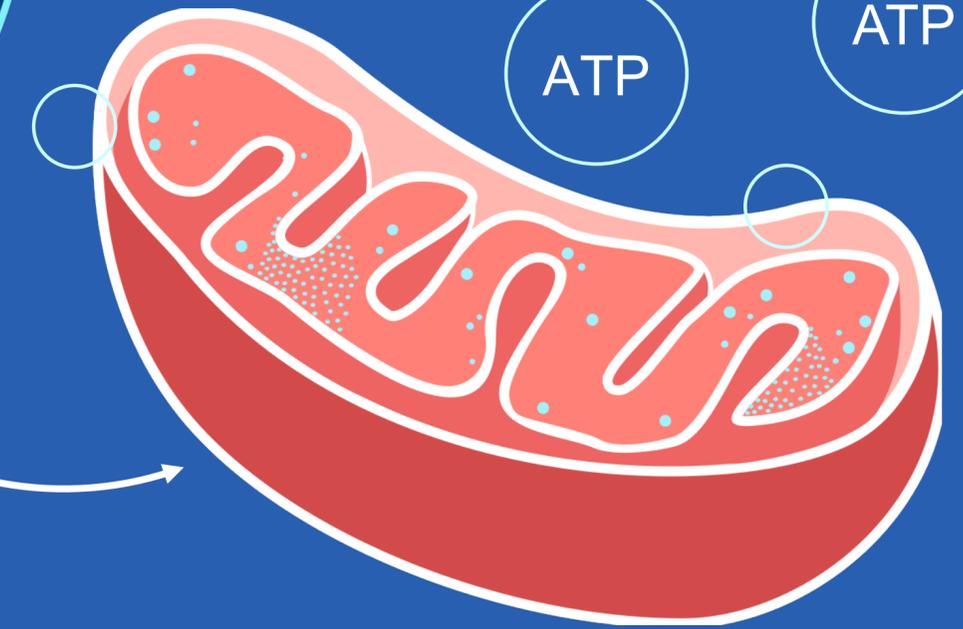
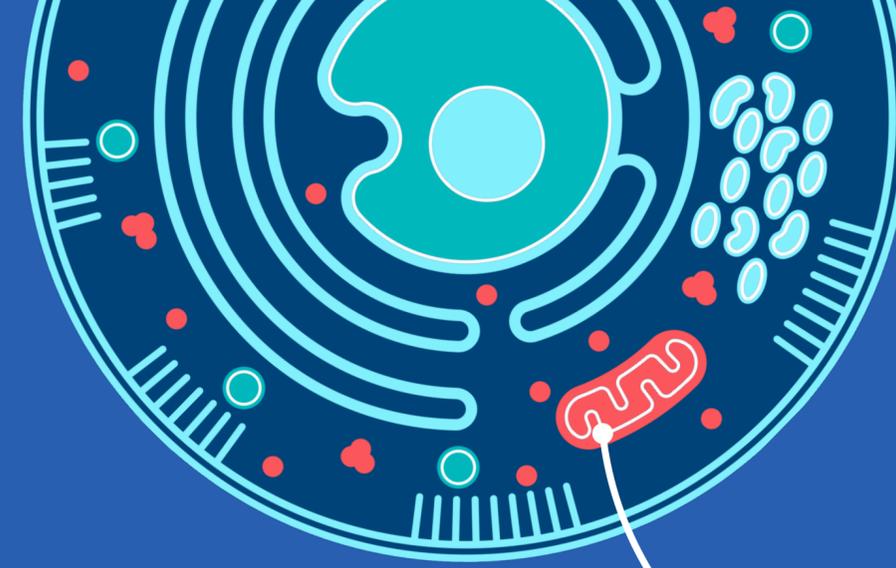
Müdigkeit ist der Mangel an Energie und entsteht aus

- ❖ Erschöpfung der Energieressourcen im Gewebe (ATP-Moleküle)
- ❖ Ansammlung von Abfallprodukten des Zellstoffwechsels

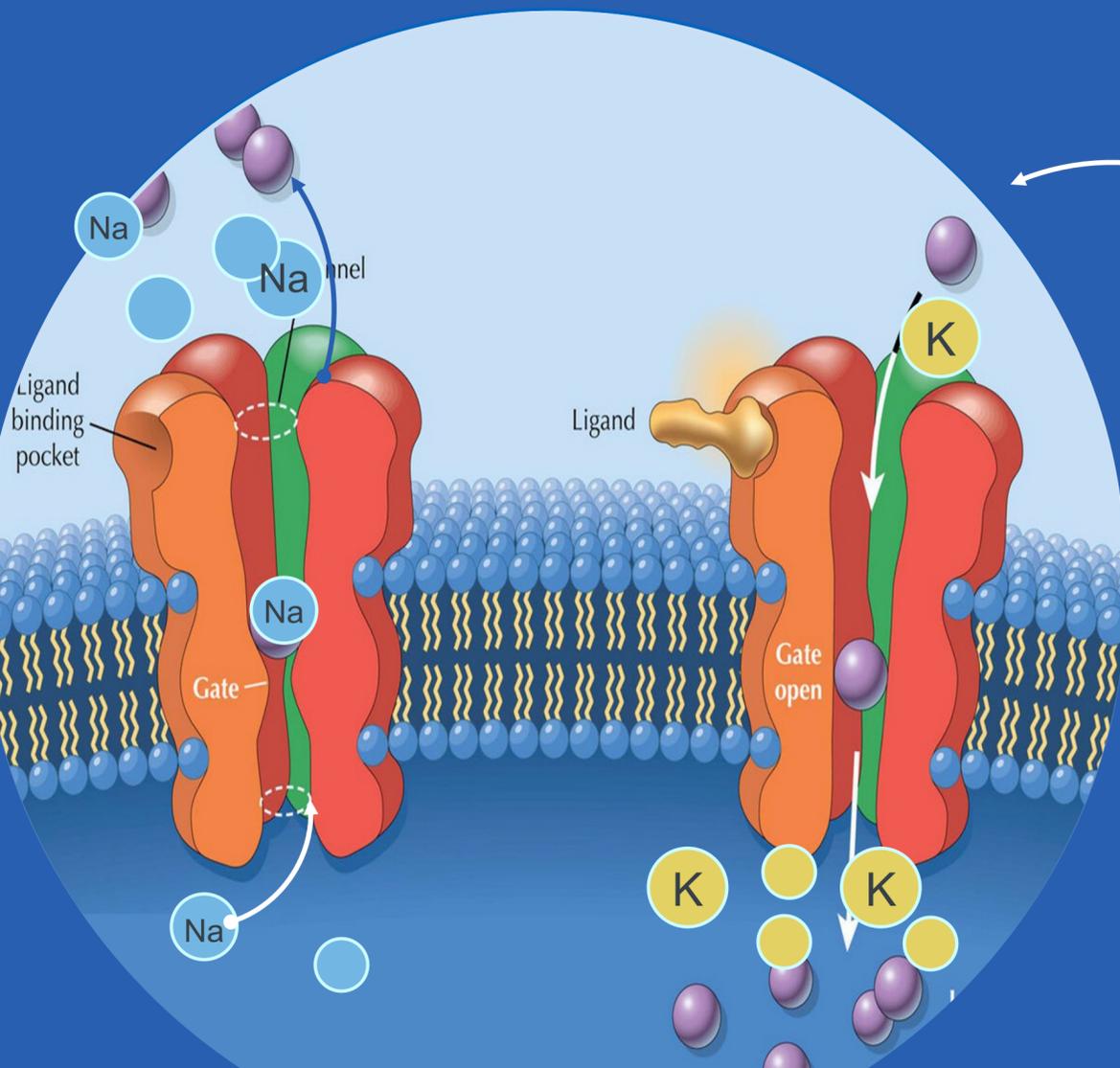


Zelle

ATP-Moleküle entstehen in den Mitochondrien. Das sind mikroskopisch kleine "Kraftwerke", die sich in jeder Zelle befinden.



Mitochondrien



Natrium-Kalium-Pumpe

sichert die Zufuhr von Nährstoffen in die Zelle und die Beseitigung von Abfallprodukten aus der Zelle. Sein reibungsloser Einsatz verhindert die Ansammlung von zellulären Stoffwechselendprodukten in der Zelle.



Ein unverzichtbarer Mitspieler an beiden Prozessen ist das Mineral **Magnesium (Mg)**



Magnesium

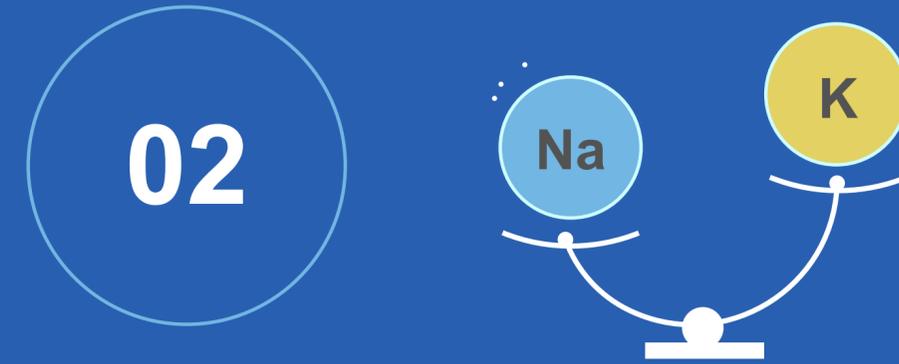
ist für die Energiegewinnung der Mitochondrien unentbehrlich: Es stabilisiert das ATP-Molekül, beteiligt sich an seinem Abbau und sorgt für die Energiefreisetzung.

Magnesium ist für die Aufrechterhaltung der mitochondrialen Homöostase (Selbstregulation) unerlässlich.

Ohne Magnesium können **Mitochondrien** nicht einwandfrei funktionieren.



Daher wird durch Magnesiummangel im Körper die Arbeit fast aller Systeme und Organe destabilisiert.



Magnesium

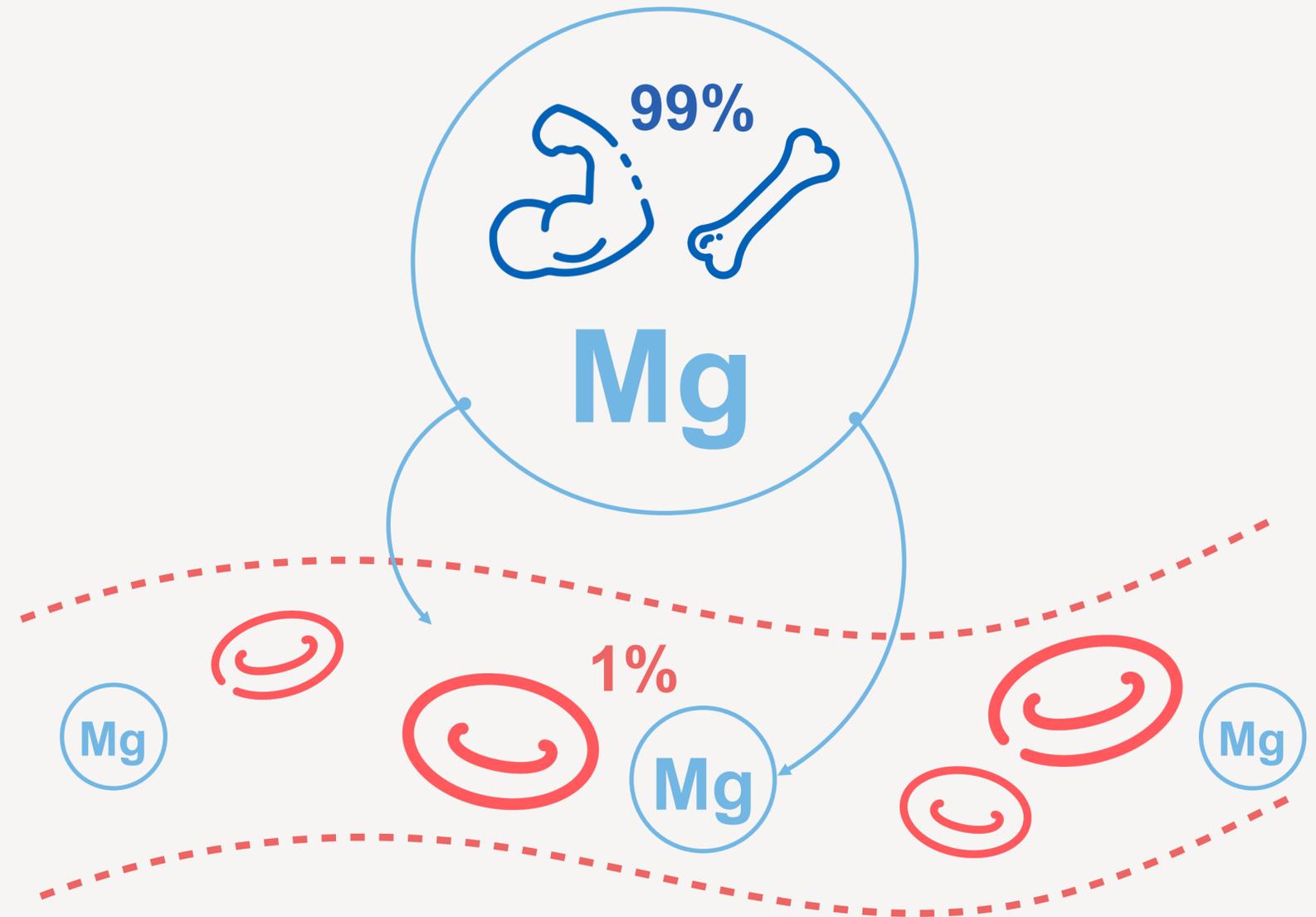
treibt die Natrium-Kalium-Pumpe an, indem es ein Enzym aktiviert, das den Natrium- und Kalium Haushalt steuert, wobei Natrium außerhalb der Zelle und Kalium innerhalb der Zelle verbleibt.

Magnesiumverlust ist schwer zu diagnostizieren

Der intrazelluläre Magnesiumgehalt liegt bei etwa 99 %; im Blutplasma beträgt der Magnesiumgehalt nur etwa 1 %. Darüber hinaus befinden sich etwa die Hälfte der intrazellulären Magnesiumreserven im Knochengewebe und etwa ½ im Weichteilgewebe.

Bei einer Abnahme der Magnesiumkonzentration im Blut nimmt der Körper es aus seinen Reserven, was zu einer Störung der Muskelfunktion und einer Verschlechterung der Struktur des Knochengewebes führt.

 Folglich treten Muskelkrämpfe, Lethargie und Müdigkeit auf, bevor ein Bluttest einen Magnesiummangel anzeigt.

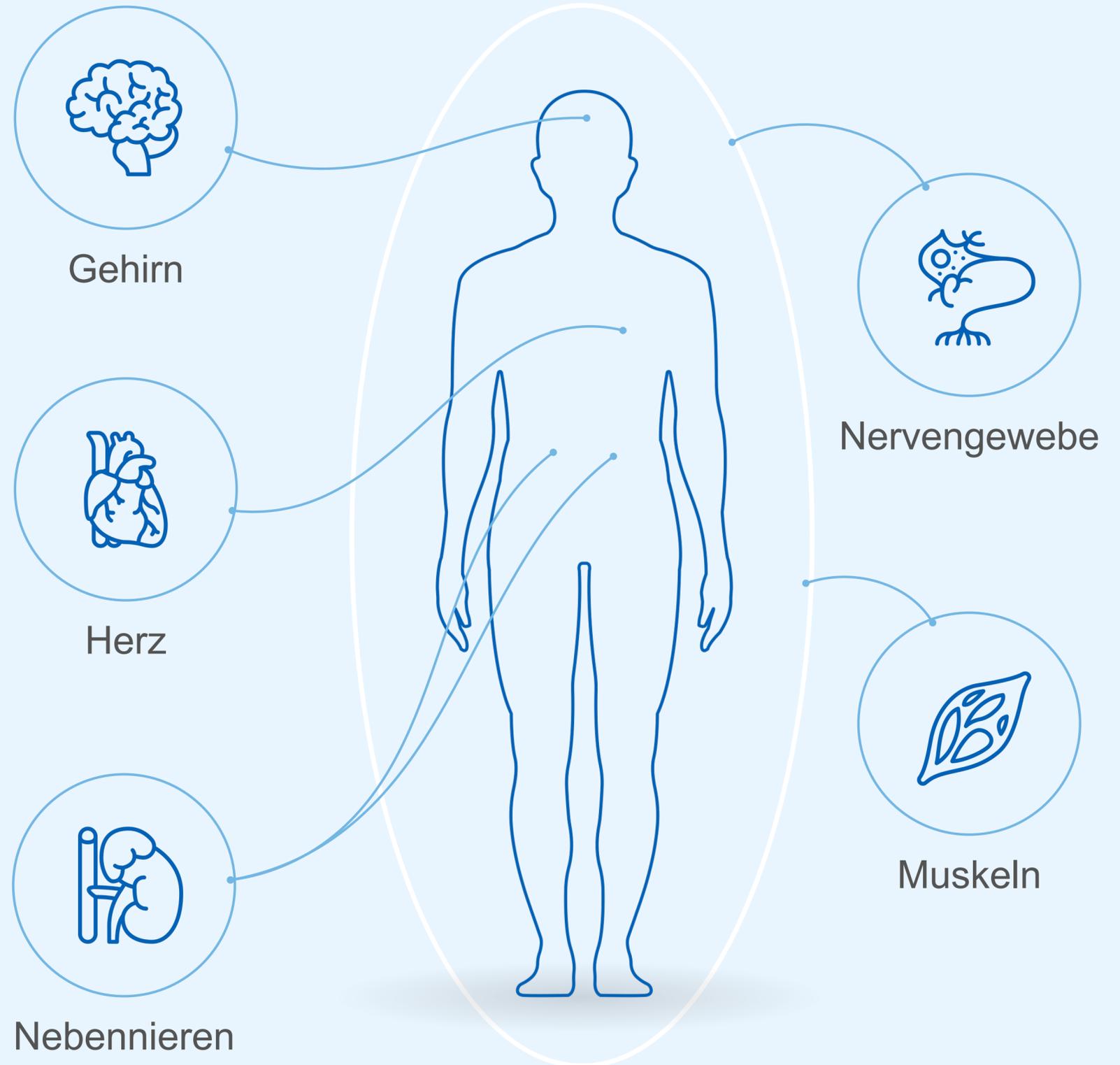


Welche Organe "ermüden" am schnellsten?

Organe mit erhöhtem Energieverbrauch:



Eine unzureichende Magnesiumzufuhr spiegelt sich vor allem in der Arbeit dieser Organe wider



Magnesium ist der größte Widersacher der Müdigkeit



Reguliert die Reizbarkeit und Leitfähigkeit des Nervengewebes



Erzeugt Energie und hält sie auf einem stabilen Niveau *



Stellt die Muskelkraft wieder her **



Entspannt die Muskeln, hilft bei Krämpfen nach Sport und Stress ***



Wirkt den Symptomen von Schlaflosigkeit entgegen ****



Verbessert das Gedächtnis



Normalisiert das Essverhalten

Magnesiumverlust übersteigt Bedarf und Zufuhr



Magnesiumbedarf für einen Erwachsenen:

~ 300- 420 mg pro Tag
unabhängig von Geschlecht
und Aufenthaltsort

~60%

der Erwachsenen in den **USA** konsumieren nicht die benötigte Magnesiummenge *

~70%

Der Erwachsenen in **FRANKREICH** im Alter von 18-54 Jahren nehmen nicht die empfohlene Tagesdosis an Magnesium zu sich ***

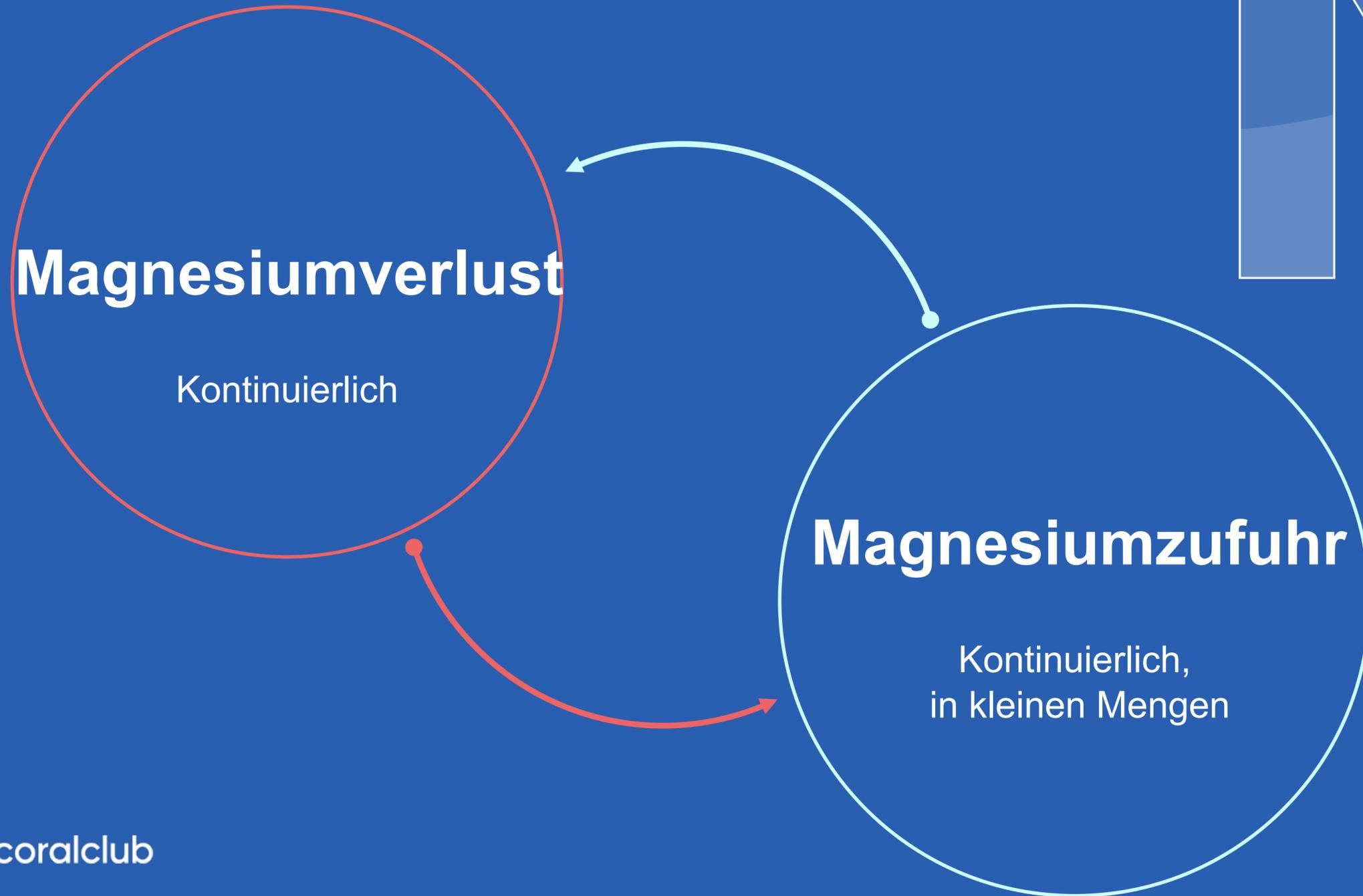
30%

der Erwachsenen in **RUSSLAND** erhalten weniger als 70 % der empfohlenen Tagesdosis an Magnesium **

79%

der Bevölkerung in **SPANIEN** führen weniger als 80 % der empfohlenen Tagesmenge an Magnesium zu ****

Dauerhafte Verluste müssen kompensiert werden



coralclub

Oceanmin

Oceanmin

100 % Konzentrat natürlicher Tiefseeminerale in ionischer Form.

Hilft lebenswichtige Prozesse im Körper zu optimieren, fördert die Energieproduktion in den Zellen.



Oceanmin —

Eine einfache und bequeme Möglichkeit, den Magnesiumverlust auszugleichen und den Körper mit wichtigen, leicht verfügbaren Mineralien zu versorgen.

70

Es enthält MAGNESIUM und etwa 70 weitere Mineralien aus dem Tiefseewasser.

Mg

Ca

K

Fe

Br

Zn

Mn

B

An underwater scene inside a cave. Light streams in from an opening at the top, illuminating the water and the rocky walls. Numerous small fish are swimming throughout the scene. The overall color palette is a deep, vibrant blue.

Oceanmin Quelle –
Deep Ocean Water

662 m

Oceanmin — die Kraft des Ozeans in Deinem Glas

Wasser für die Oceanmin-Produktion
wird aus einer Tiefe von 662 m gefördert
und hat besondere Eigenschaften:



Reinheit



Transparenz



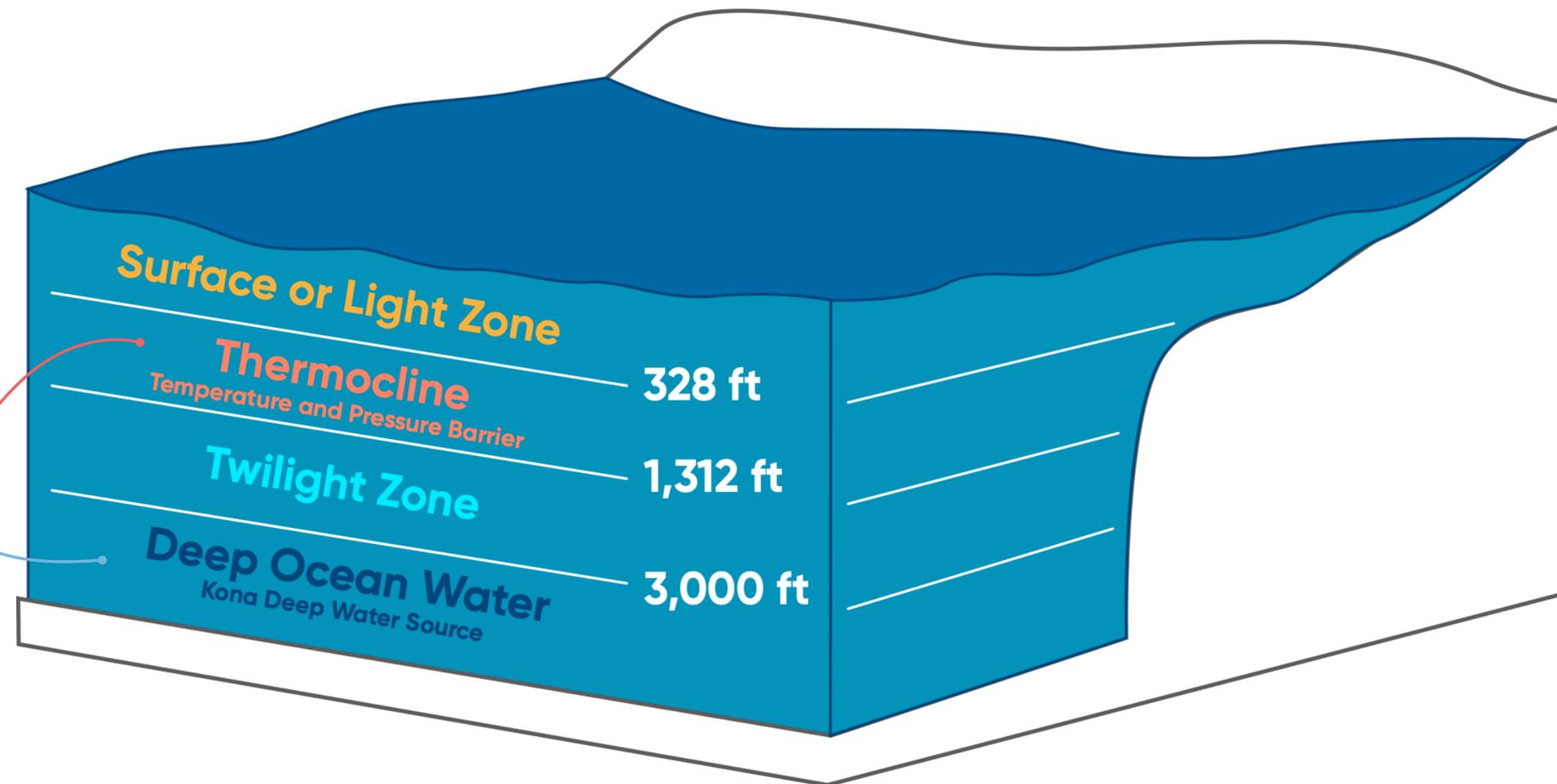
Hohe Mineraldichte

Was macht Wasser aus den Tiefen des Ozeans (Deep Ocean Water) einzigartig?

01

DIE LAGE

Deep Ocean Water (DOW) beginnt unterhalb von 250 Metern und ist durch eine Thermokline-Schicht, die eine Vermischung verhindert, vom Oberflächenwasser getrennt.



02

DIE BEDINGUNGEN

Auf das Tiefseewasser wirken besondere Faktoren: Es erhält kein Sonnenlicht, hat einen geringen Sauerstoffgehalt und enthält seltene Mineralien.

03

DIE KOMPLEXITÄT DER PRODUKTION

Gewöhnlich beginnt die Tiefsee sehr weit von der Küste entfernt, und es ist in der Regel kaum möglich, an solchen Orten tiefes Wasser zu fördern.

Eigenschaften von Deep Ocean Water



Die Zusammensetzung ist reich an Makro- und Mikroelementen

Aufgrund von Mineralien aus hydrothermalen Quellen und geringer Bewegung der DOW-Schichten an die Meeresoberfläche



Niedrige Temperatur und Stabilität

Unabhängig von Klimaveränderungen, bleibt im Temperaturbereich von 6-9 ° das DOW stabil



Hohe Reinheit

Abfallprodukte unserer Zivilisation erreichen die Tiefe des DOW nicht



Erhöhte Bioverfügbarkeit

Der Ursprung aller Elemente ist natürlich, sie liegen in ionischer Form vor und sind für den Körper leicht verfügbar

DOW – eine der saubersten und am stärksten mineralisierten Wasser-Ressourcen auf dem Planeten

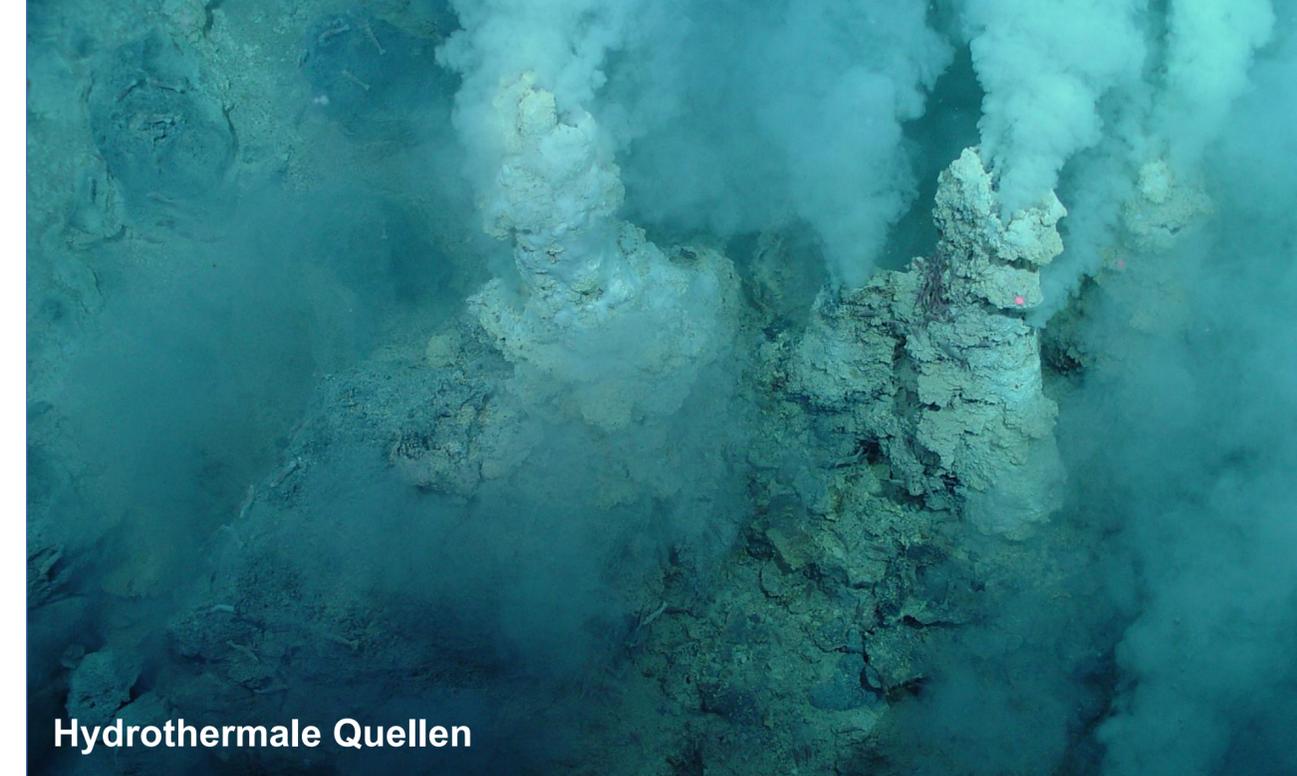
Durch Risse in der Erdkruste dringt Meereswasser ins Erdinnere ein, wird dort mit Mineralstoffen angereichert und gelangt durch hydrothermale Quellen wieder in den Ozean zurück.

Diese Quellen sind heiße Wasserquellen, die mit Verbindungen vieler chemischer Elemente angereichert sind.

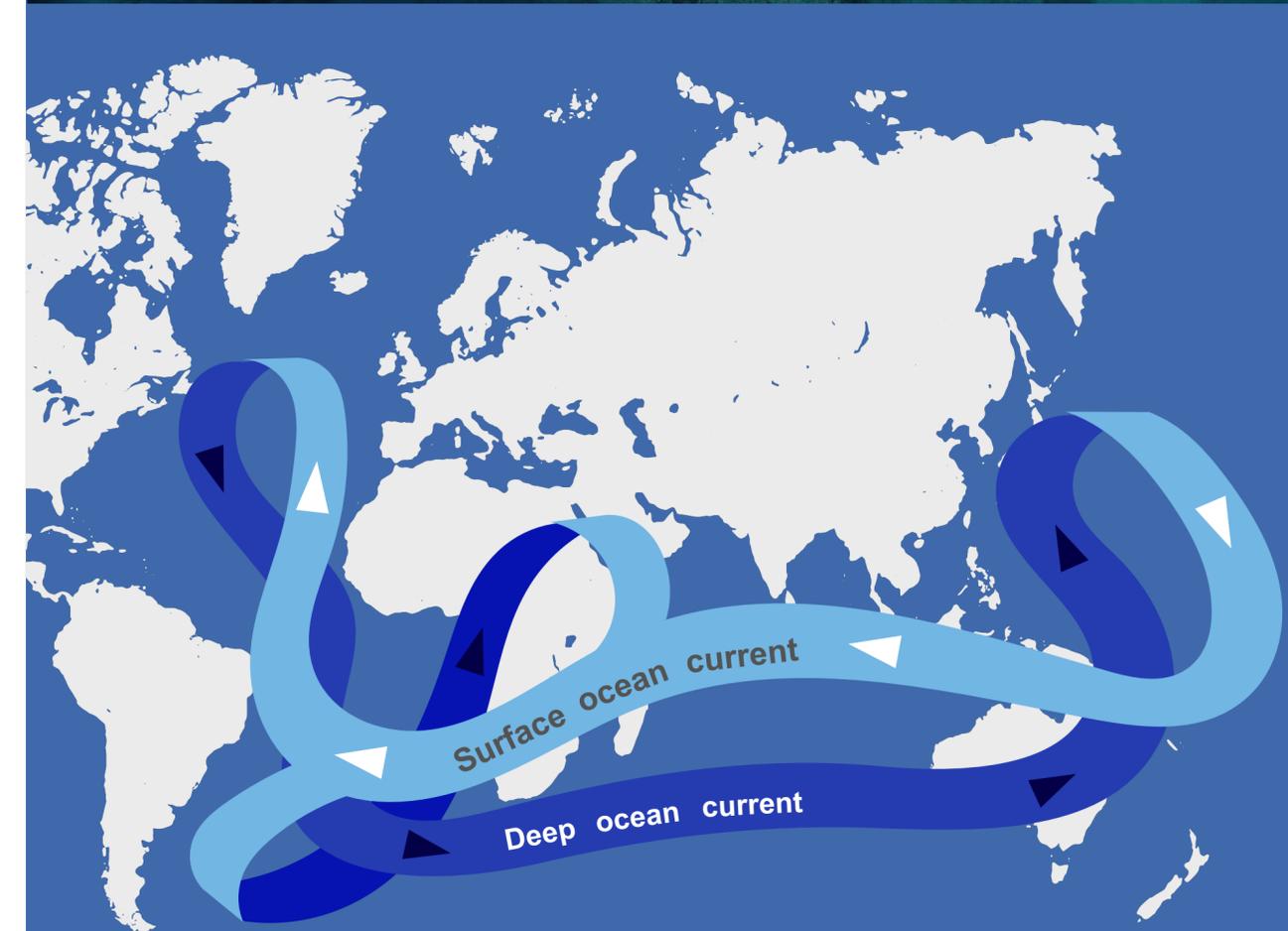
Der Ozean kühlt diese Ströme ab. Sie fallen dann auf das globale Förderband, wo aufgrund der niedrigen Temperaturen und der minimalen Bewegung der Wasserschichtenvertikale, dieses mineralienreiche Wasser in großen Tiefen stetig um den Planeten zirkuliert.

**Charles Darwin and the Origin of Life. Juli Peretó, Jeffrey L. Bada, and Antonio Lazcano, Orig Life Evol Biosph. 2009 Oct; 39(5): 395–406*

**Promotion of protocell self-assembly from mixed amphiphiles at the origin of life Sean F. Jordan and Ivan Rammu, Ivan N. Zheludev1, Andrew M. Hartley, Amandine Maréchal and Nick Lane/ Nature Ecology & Evolution*



Hydrothermale Quellen

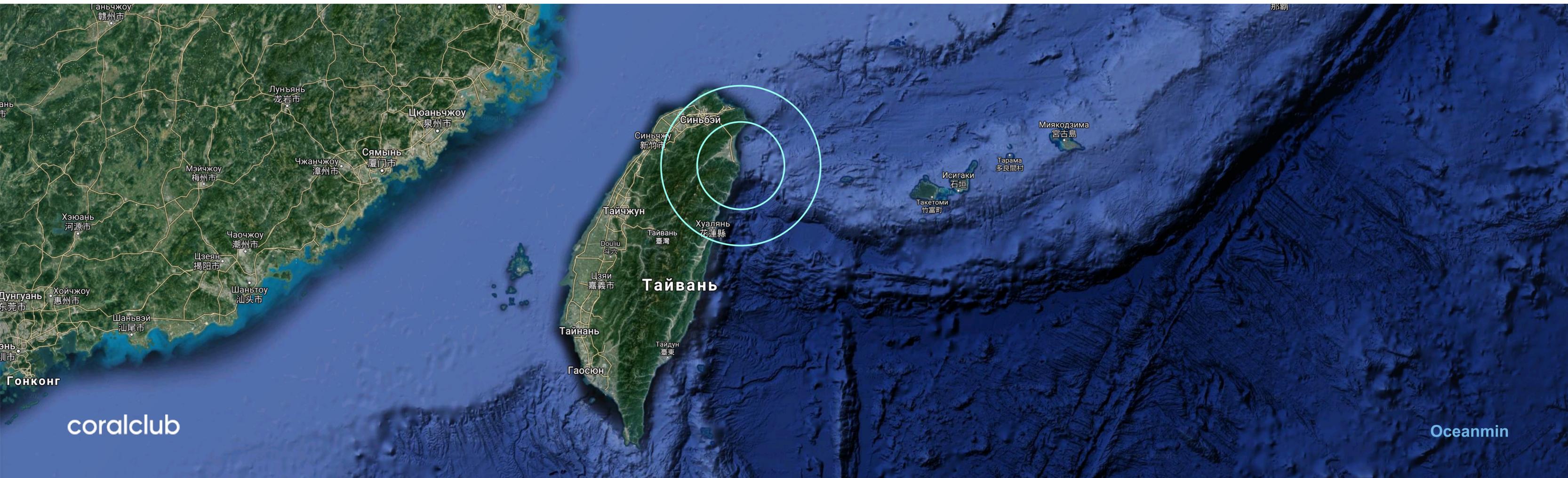


Globales Förderband

Фörderung DOW

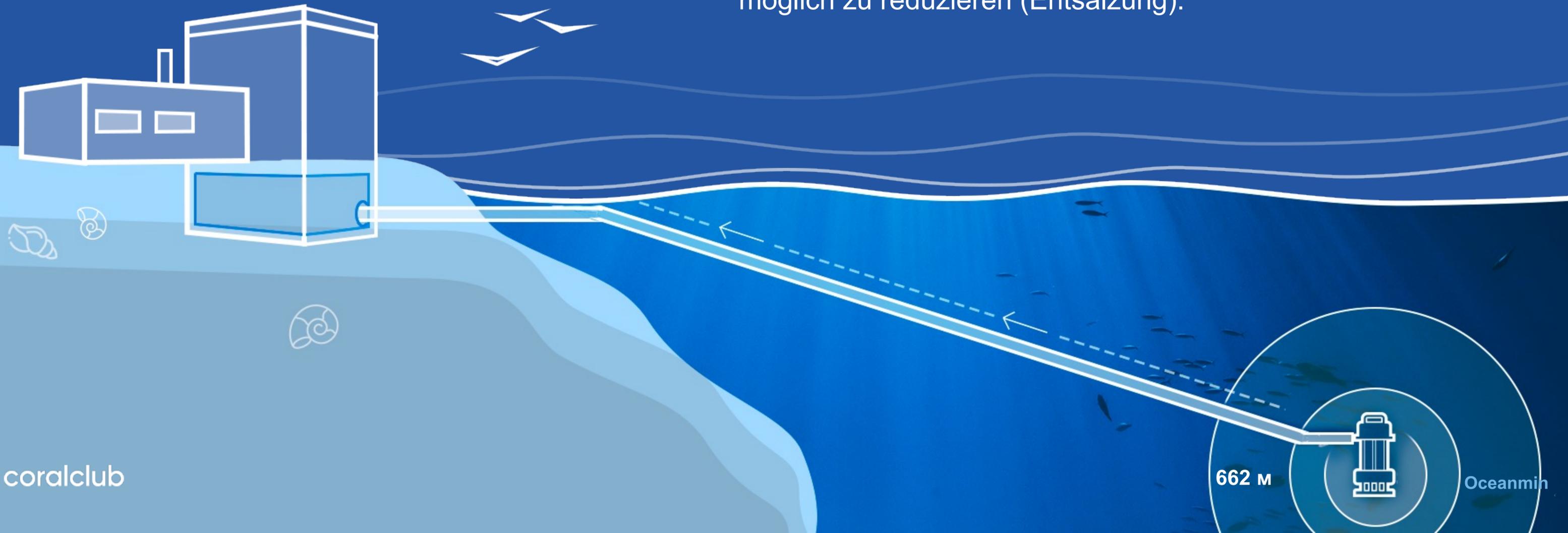
Nur 4 Länder der Welt haben Zugang zu Tiefseewasser - Taiwan, Japan, Korea und Hawaii

Taiwan hat den гүнстiгsten географischen Standort für die DOW-Förderung. Die Produktionsstätte liegt vor der Ostküste Taiwans, wo die Tiefe des Pazifischen Ozeans 1000m erreicht - bereits 5 km von der Küste entfernt.



Förderungstechnologie

Die Produktionstechnologie nutzt ein mehrstufiges Membranfiltersystem, hocheffiziente Vakuumverdampfungs- und Gefriertrocknungsverfahren, um Tiefseemineralien (insbesondere Magnesium) zu konzentrieren und den Natriumgehalt so weit wie möglich zu reduzieren (Entsalzung).



Zusammensetzung des Deep Ocean Water

Magnesium (Mg) – unterstützt die Gesundheit des Nerven-, Herz-Kreislauf-, Knochen- und Verdauungssystems

Kalzium (Ca) – unterstützt gesunde Knochen und Zähne

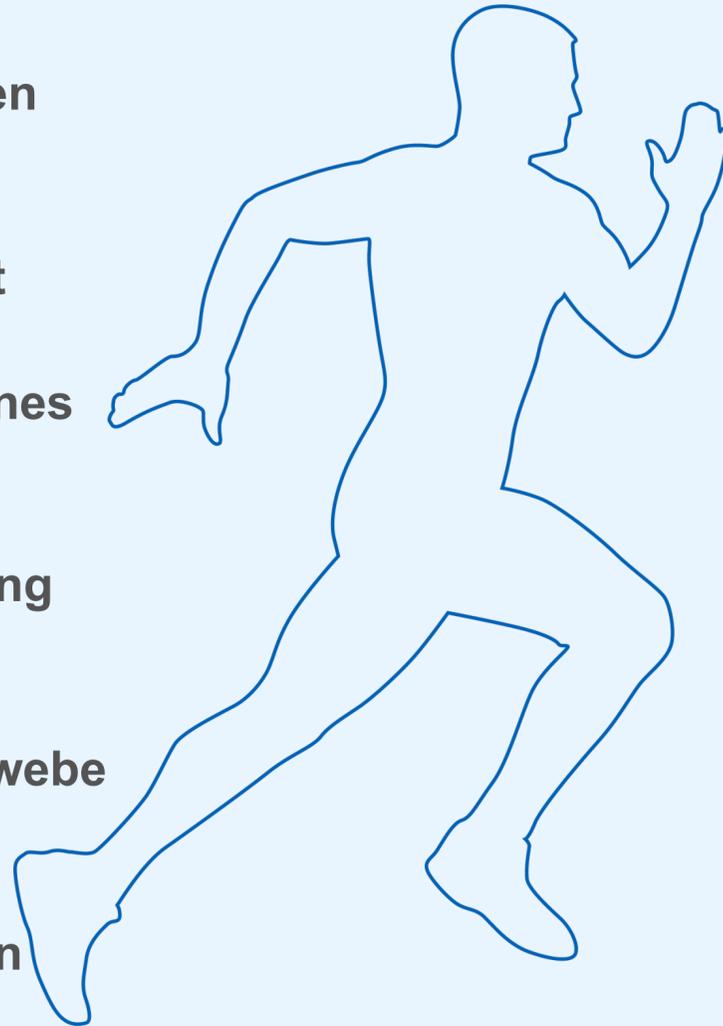
Kalium (K) – unterstützt die Herzgesundheit

Chrom (Cr) – trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei

Kupfer (Cu) - beteiligt sich an der Blutbildung und unterstützt die Immunität

Eisen (Fe) – transportiert Sauerstoff ins Gewebe und in die Muskeln

Jod (I) - unterstützt die Schilddrüsenfunktion



Mangan (Mn)– unterstützt die Gesundheit von Muskeln und Sehnen

Phosphor (P) – ist wichtig für den Energiestoffwechsel, die Gesundheit des zentralen Nervensystems, der Knochen und Zähne sowie der Gehirnfunktion

Selen (Se) – hilft, Giftstoffe zu eliminieren

Sulfate (SO₄) - verbessert die Gallensekretion

Zink (Zn) – unterstützt die Immunfunktion und die reproduktive Gesundheit

Lithium (Li) - hilft das Gehirn vor Alterung zu schützen



Und mehr als 50 Mikroelemente

Die positiven Auswirkungen der DOW auf den Körper, die durch zahlreiche Studien, einschließlich klinischer Studien, belegt sind



DOW- Forschungsergebnisse

- Körperliche Leistungsfähigkeit, Muskelausdauer
- Stärkung des Bewegungsapparates
- Schnelle Erholung
- Elektrolythaushalt
- Fokus und Gehirngesundheit
- Metabolisches Syndrom

Oceanmin

Anwendung

der geballten Kraft des Ozeans in
Deinem Glas



Oceanmin hilft:



das Gefühl der lokalen und chronischen Müdigkeit zu bewältigen, die Muskelkraft zu erhöhen



die körperliche Ausdauer und die geistige Leistungsfähigkeit zu steigern, auch während einer Diät



das psycho-emotionale Gleichgewicht zu normalisieren und die Stressresistenz zu erhöhen



das Herz am Laufen zu halten



das Knochengewebe zu stärken



sich schneller von Krankheiten und Verletzungen zu erholen

Wann ist Oceanmin einzunehmen?



Stress und Burnout



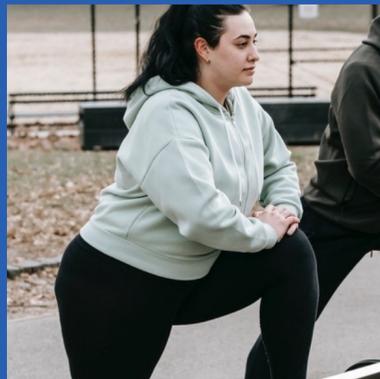
Müdigkeit (akut / chronisch)



Während der Diät und
nach dem Fasten



Unausgewogene
Ernährung



Übergewicht



Regelmäßige intensive
körperliche und psychische
Belastungen (Studenten,
Bewerber, Sportler)



Stoffwechsel- und Wasser-
Elektrolyt-Ungleichgewicht



Magen-Darm Probleme



Im
fortgeschrittenen
Alter

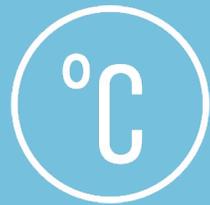
Anwendung des Oceanmin

Lebensstil und Ernährung	Art der Anwendung	Dauer der Anwendung
Regelmäßiger intensiver Sport, Leistungssport	1 Stick in 0,75-1,0 L Wasser auflösen und in kleinen Portionen während und nach dem Training einnehmen	In der gesamten Trainingsphase
Regelmäßige Einnahme von mehr als 50 ml starkem Alkohol (oder das Äquivalent anderer alkoholischer Getränke) mehr als 3-mal pro Woche, Rauchen	1 Stick in 0,75 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 3-4 Portionen aufteilen	1 Monat lang, danach 3-4 mal im Jahr wiederholen
Leben in Regionen mit geringer Wasserhärte	1 Stick in 0,75-1,0 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 2-3 Portionen aufteilen	1 Monat lang, danach 2-3 mal im Jahr wiederholen
Permanente Belastung und starker Stress	1 Stick in 0,75-1,0 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder auf 3-4 Portionen aufteilen	1 Monat lang (während und nach einer Stress- bzw. Belastungsphase)
Diäten	Nicht während der Fastenzeit einnehmen! 1 Stick in 0,75-1,0 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder auf 3-4 Portionen aufteilen	1 Monat

Anwendung des Oceanmin

Lebensstil und Ernährung	Art der Anwendung	Dauer der Anwendung
Das Risiko, Fettstoffwechselstörungen (Fettleibigkeit, erhöhten Cholesterinspiegel zu entwickeln)	1 Stick in 0,75-1,5 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 3-5 Portionen aufteilen	1 Monat lang, danach 3-4 mal im Jahr wiederholen
Für Frauen: während der Menopause und Postmenopause; bei Einnahme von oralen Verhütungsmitteln, Hormonpräparaten	1 Stick in 0,75-1,5 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 3-5 Portionen aufteilen	Besprich es mit Deinem Berater
Einnahme von Antibiotika	1 Stick in 0,75-1,5 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 3-5 Portionen aufteilen	2 Wochen lang nach Einnahme von Antibiotika
Stuhlgangsprobleme	1 Stick in 0,25-0,5 L Wasser auflösen und über den Tag verteilt einnehmen oder in 2-3 Portionen aufteilen	Bis zum Einsetzen der Wirkung
Sodbrennen	1 Stick in 0,5 L Wasser auflösen Nach den Mahlzeiten in kleinen Portionen nach Bedarf einnehmen	Bei Bedarf ggf.

Empfehlungen zur Art und Weise der Anwendung von **Oceanmin**



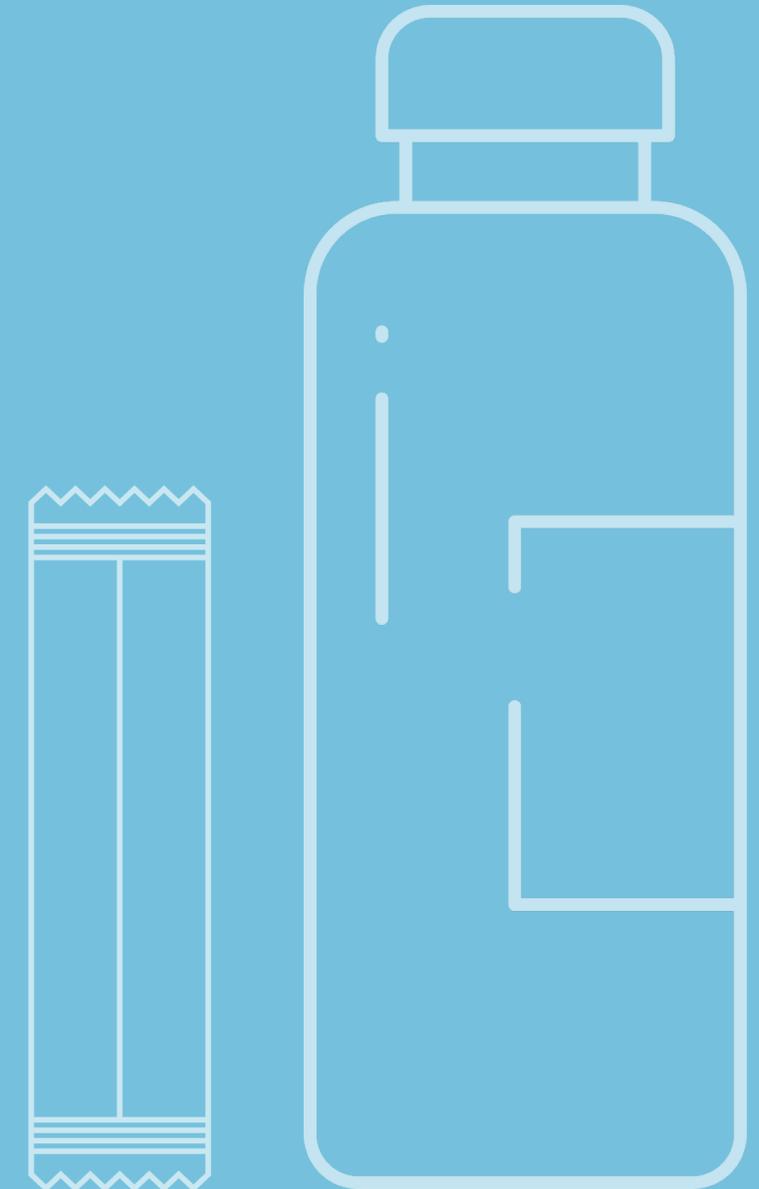
Die Wahl der Wassertemperatur für Oceanmin ist individuell. Wir empfehlen Wasser mit Raumtemperatur (ca. +23 Grad Celsius) zu verwenden.



Oceanmin in stillem Wasser (gewöhnlichem Trinkwasser) auflösen. Destilliertes oder Mineralwasser sind nicht geeignet.



Bitte die Einnahmedauer von Oceanmin entsprechend der Anwendungsempfehlung ansetzen. Danach sollte eine Pause eingelegt werden. Oceanmin kann auch jeden zweiten Tag eingenommen werden.



Oceanmin

225115

1 Packung = 15 Sticks je 1 g

BONUSPUNKTE

17

CLUBPREIS

22,73 Euro

VERKAUFSPREIS

28,41 Euro



Oceanmin

x2

Bestellnummer 225130

2 Packungen = 30 Sticks je 1 g

BONUSPUNKTE

31

CLUBPREIS

40,91 Euro

VERKAUFSPREIS

51,14 Euro





Oceanmin

Die Kraft des Ozeans in
Deinem Glas