

## Diese Vitalstoffe sorgen für gesunde Haare und Nägel.

### Ein starkes Trio

- Kollagen
- Hyaluronsäure
- Methylsulfonylmethan (MSM)

1



2

### Biotin braucht Unterstützung

- Biotin
- Pantothensäure (Vitamin B5)
- Silizium (aus Bambussprossen Extrakt)
- Vitamin B6 und B12
- Vitamin C
- Folsäure
- Eisen, Zink
- Kupfer, Selen, Mangan

3

### Aminosäuren

- L-Methionin
- L-Cystein
- L-Prolin

4

### Botanicals (sekundäre Pflanzenstoffe)

- Hirse Extrakt
- Bockshornkleesamen
- Pfeffer
- Ingwer

## Tipps für auffallend attraktive Haare und Nägel:

### Haare

- Nicht zu häufig waschen
- Mildes Shampoo verwenden (ohne Silikone)
- Auf Hitzestyling verzichten (Glätteisen, Lockenstab)
- Haare nach dem waschen nicht trocken rubbeln
- Ab und zu eine Haarkur auftragen

### Nägel

- Feilen statt schneiden
- Brüchige Nägel behutsam nur in eine Richtung feilen
- Glasfeile verwenden
- Nagelöl für Nägel und Nagelbett verwenden
- Acetonfreie Nagellackentferner verwenden

Eine wirkungsvolle Haar- und Nagelkur braucht Zeit. Erste Erfolge sind nach etwa drei Monaten sichtbar. Das Ergebnis wird Ihnen gefallen.

Natürlich auch für Männer geeignet.

Für gesundes Haar  
und kräftige Nägel.  
Es braucht mehr  
als Biotin.

## Der Erneuerungsprozess

Unsere Haare und Nägel befinden sich in einem ständigen Wachstums- und Erneuerungsprozess.

**Haare** – Ist ein altes Haar ausgefallen, wächst an dieser Stelle meist ein neues nach. Jedoch dauert dieser Erneuerungsprozess etwa 1.5 – 3 Monate. Monatlich wächst ein Haar etwa 10 mm nach.

**Nägel** – Ein gesunder Nagel wächst pro Woche max. 1 mm nach. Es dauert über drei Monate, bis ein komplett verlorener Fingernagel nachgewachsen ist. Zehennägel wachsen deutlich langsamer als Fingernägel.

## Versorgung von innen und aussen

Gesunde, kräftige und schöne Haare und Nägel brauchen einerseits schonende Kosmetikprodukte zur äusserlichen Pflege. Andererseits ist die Pflege von innen – also eine regelmässige Versorgung mit notwendigen Vitalstoffen genauso wichtig.

Spröde, brüchige und dünne Haare beziehungsweise Nägel deuten oft auf einen chronischen Nährstoffmangel hin. Zu den wichtigsten Vitalstoffen für schöne Haare und Nägel gehören Kollagen, Hyaluronsäure, MSM, Vitamine, Mineralstoffe, Aminosäuren und sekundäre Pflanzenstoffe (Botanicals).

Für den gewünschten Erfolg, also für gesunde Haare und Nägel ist eine 3-monatige Kur beziehungsweise eine Dauereinnahme zu empfehlen.

Ziel 1 – Haarausfall reduzieren

Ziel 2 – Haar- und Nageldicke erhöhen

Ziel 3 – Haar- und Nagelqualität verbessern



## 1. Ein starkes Trio – Kollagen, Hyaluronsäure und MSM

Diese drei natürlichen Aufbaustoffe sorgen für die Struktur von Haut, Haar und Nägel. Methylsulfonylmethan (MSM) ist ein organischer Schwefelspender und spielt eine wichtige Rolle für gesunde Haare und Nägel. Er dient ihnen als Baustein. Zudem regt die organische Schwefelverbindung (MSM) zusammen mit Hyaluronsäure die Zellerneuerung und Kollagenbildung an.

Kollagen ist ein Strukturprotein, das als Gerüst unseres Bindegewebes fungiert und es strafft und elastisch hält. Kollagen ist ein wichtiger Bestandteil von Haar und Nagel. Je mehr von diesem Protein vorhanden ist, desto fester und glänzender wirken diese. Auch das Haarwachstum profitiert durch die Einnahme dieser drei Vitalstoffe enorm.

## 2. Unterstützung für Biotin – das wichtigste Haar- und Nagelvitamin

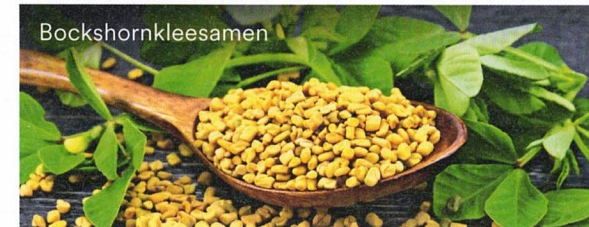
Biotin, auch Vitamin H oder Vitamin B<sub>7</sub> genannt, unterstützt die Bildung von Keratin für gesundes Zellwachstum von Haaren und Nägeln. In Nahrungsmitteln ist Biotin nur in geringen Mengen enthalten. Es gehört zu den wasserlöslichen Vitaminen und kann deshalb nicht vom Körper auf Vorrat gespeichert werden. Für gesunde Haare und Nägel muss es dem Körper täglich in ausreichender Menge zugeführt werden. Die empfohlene Tagesdosis beträgt mindestens 3 mg. Aber Biotin allein reicht nicht aus – es braucht Unterstützung.

Gleich mehrere Vitamine und Mineralstoffe ergänzen Biotin synergistisch, d. h. sie verstärken den positiven Effekt von Biotin:

- ⊕ Pantothersäure (Vitamin B<sub>5</sub>), das Vitamin gegen brüchige Nägel und spröde Haare
- ⊕ Haar- und Nagelvitamine: Vitamin C, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> und Folsäure
- ⊕ Mineralstoffe: Eisen (wichtig: liposomales Eisen ist gut verträglich), Zink, Kupfer, Selen und Mangan

Komplettiert werden diese Haar- und Nagelvitalstoffe durch Silizium, dieses wird aus Bambussprossen gewonnen.

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass die orale Einnahme von Silizium einen positiven Effekt auf die Zugfestigkeit, die Elastizität und die Bruchlast der Haare hat. Eine regelmässige Einnahme macht die Haare dichter und fester.



## 3. Aminosäuren für die Keratinbildung

Das Haar bildet sich in der Haarwurzel und besteht hauptsächlich aus Keratin, einem Protein. Proteine bestehen aus Aminosäuren. Speziell wichtig sind die Aminosäuren L-Prolin, L-Methionin und L-Cystein, sie ernähren die Haare und Nägel von innen heraus. Sie dienen der Keratinbildung und verbessern die Qualität.

Das Bindegewebe wird gestärkt, die Nägel bleiben fest und das Haar kräftig. Wichtige Cofaktoren zur Keratinbildung sind zusätzlich Biotin und Zink.

## 4. Botanicals helfen bei Haarausfall

Pflanzenbestandteile wie Bockshornkleesamen oder Hirse Extrakt werden seit langer Zeit in der traditionellen Volksmedizin gegen Haarausfall eingesetzt. Neuere wissenschaftliche Studien bestätigen die Wirkung eindrücklich. Durch die zusätzliche Unterstützung von Extrakten aus Pfeffer und Ingwer werden alle Haar- und Nagelvitalstoffe besser vom Körper aufgenommen und verwertet. Die Wirkung wird ganzheitlich gestärkt.