

Mehr Freude an der Bewegung



Leben bedeutet sich zu bewegen. Bewegung soll Freude bereiten. Unser Körper kann unglaubliche Höchstleistungen erzielen. Er schafft Vieles, was wir kaum für möglich halten. Um für eine gesunde und normale Beweglichkeit zu sorgen, benötigt der Stoffwechsel eine Vielzahl verschiedener Nährstoffe.

Gesunde Gelenke verdanken wir in erster Linie zwei Faktoren: einer Versorgung mit den richtigen Nährstoffen und ausreichend Bewegung. Die Knorpel in unseren Gelenken schützen unsere Knochen davor, aneinander zu reiben. Bewegung sorgt aber auch dafür, dass die sogenannte Gelenkschmiere zirkuliert und unsere Knorpel mit wichtigen Nährstoffen versorgt werden.

NEGATIVE FOLGEN

Wenn wir einen oder gar beide Faktoren vernachlässigen, kann dies negative Folgen nach sich ziehen.

Bei einer unzureichenden Nährstoffversorgung, vorwiegend einseitigen Beanspruchungen bzw. Fehlhaltungen, körperlichen Belastungen in Beruf und Sport, Bewegungsmangel oder Übergewicht, kann unser Bewegungsapparat an seine Grenzen gebracht werden. Auch Veranlagung oder das zunehmende Alter spielen eine Rolle.

WIE ENTSTEHEN KNORPELSCHÄDEN

Der Knorpel kann, wenn er nicht gut mit Nährstoffen versorgt wird, regelrecht aushungern. Dadurch kann das Gelenk bei Bewegung ein Unwohlsein verursachen, was wiederum dazu führen kann, dass wir uns noch weniger bewegen. So entsteht ein regelrechter Teufelskreis. Gelenksabnützungen gehören im zunehmenden Alter zu den Hauptbeschwerdebildern unserer Gesellschaft. Da Gelenksknorpel einem natürlichen Abnutzungsprozess unterliegen, ist früher oder später ein großer Anteil der Menschheit davon betroffen. Um die Mobilität in jedem Lebensalter möglichst lange zu erhalten, kann es daher

sinnvoll sein, bestimmte gelenkfördernde Nährstoffe zuzuführen. Gut versorgte Knorpel machen uns beweglicher und Bewegung steigert unser Wohlbefinden und unsere Lebensfreude.

Auch Gelenke wollen
glücklich sein.

KOLLAGENBILDUNG UNTERSTÜTZEN

Ein hochwertiger Nährstoffkomplex mit Vitamin C, D und Mangan³, wie ihn beispielsweise Green Health Gelenke-Aktiv enthält, kann hier unterstützen. Er trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion, zur Erhaltung normaler Knochen sowie zu einer normalen Bindegewebsbildung bei.