

**Een actief leven
vereist een
gezonde voeding**



Pharma Nord

Een actief leven vereist een gezonde voeding

Wij mensen kunnen een eindeloze lijst van activiteiten uitvoeren zolang we maar over voldoende kracht en vermogen beschikken. Heb je soms het gevoel dat je wel wat extra energie zou kunnen gebruiken? Dan is het misschien een goed idee om je eetpatroon en levensstijl onder de loep te nemen en eventueel te overwegen om een voedingssupplement in te nemen. Pharma Nord heeft 40 jaar wetenschappelijk onderzoek gevoerd en haar producten optimaal ontwikkeld om ervoor te zorgen dat ze een actief leven kunnen ondersteunen.

Als je regelmatig reist of verschillende activiteiten en fysieke uitdagingen aangaat (of beide), moet je immers in een redelijk goede conditie verkeren. Zowel praktijkervaring als onderzoeken hebben aangetoond dat hoe langer we fysiek en mentaal actief blijven, hoe beter we in staat zijn om de zaken onder controle te houden.

Een eetpatroon dat alle nodige gezonde voedingsstoffen omvat, is daarbij van essentieel belang. Als je twijfelt of je alle dingen binnenkrijgt die je nodig hebt, kan een aanvulling met essentiële vitamines en mineralen het overwegen waard zijn. Pharma Nord is gespecialiseerd in de productie van voedings-supplementen die voldoen aan jouw specifieke behoeften. Bovendien hechten we steeds een bijzondere aandacht aan de biologische beschikbaarheid van onze producten om te garanderen dat het lichaam de voedingsstoffen ten volle kan benutten.

Krijg meer energie en voel je gemotiveerd

Deze folder geeft je een overzicht van enkele belangrijke voedingsstoffen om je lichaam actief te houden. Ze geven je de boost die je nodig hebt om in actie te schieten, nieuw spierweefsel op te bouwen en alle lichaamsfuncties op peil te houden.

Mensen nemen supplementen om verschillende redenen. Pharma Nord heeft steeds onderzoek gevoerd naar het belang van elke voedingsstof en dit inzicht gebruikt om producten te ontwikkelen voor specifieke doeleinden. Het resultaat van deze inspanningen is een reeks wetenschappelijk gedocumenteerde voedingssupplementen.

De meeste waar voor je geld in elk supplement

Pharma Nord is een van Europa's toonaangevende producenten van voedingssupplementen. Al onze producten worden gemaakt in Denemarken met een strikte focus op een hoogwaardige biologische beschikbaarheid, veiligheid en documentatie. Ons doel is om je de meeste waar voor je geld te bezorgen wanneer je kiest voor een van onze producten.





Omdat een energieboost wonderen kan doen voor je motivatie en levenskwaliteit

Bio-Q10 GOLD, Q10 Green en BioActive Q10 bevatten allemaal 100 mg van het co-enzym Q10 in de vorm van ubiquinone of ubiquinol.

Bio-Q10 bevat ubiquinone opgelost in plantaardige olie die een gepatenteerde warmtebehandeling heeft ondergaan om een optimale opname te garanderen. Deze formule met 100 mg actieve ubiquinone in zachte gelatinecapsules is al decennialang 's werelds favoriete Q10-merk.

Q10 Green heeft dezelfde inhoud, maar is omhuld in Pharma Nords eigen plantaardige capsules, Phytocaps®, die zijn gemaakt van maïs, erwten en aardappelen.

Officieel referentieproduct van de International Coenzyme Q10 Association (ICQA) en getest in meer dan 90 klinische studies – waaronder KiSel-10 en Q-Symbio.

Bio-Q10 bevat ook riboflavine (vitamine B2), wat bijdraagt aan een normale energieomzetting.

BioActive Q10 bevat vitamine C, dat helpt vermoeidheid en uitputting te verminderen.



Vitamine B2 draagt bij aan:

- De vermindering van vermoeidheid en uitputting
- De bescherming van cellen tegen oxidatieve stress
- Het behoud van een normale energieomzet

Vitamine C draagt bij aan:

- Een normaal energiemetabolisme
- Het behoud van een normaal immuunsysteem

Gebruik : 1 tot 2 capsules per dag. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen.

Verpakkingen :

Bio-Q10 GOLD	30 caps	CNK 2507-473
	90 caps	2507-481
	180 caps	2608-669

Q10 Green 100mg 60 plantaardige caps		4258-711
--------------------------------------	--	----------

BioActive Q10 100mg	20 caps	3380-680
	60+20 caps	3380-672
	150 caps	3380-664



Omdat je spieren en botten essentieel zijn voor een actief leven

Onze voeding bevat veel magnesium. Dat is logisch omdat magnesium een van de mineralen is die het lichaam het meest nodig heeft. Het speelt immers een rol in meer dan 300 verschillende enzymprocessen. Het behoud van normale botten en tanden en de normale werking van spieren en het zenuwstelsel zijn de meest bekende lichaamsfuncties die afhankelijk zijn van magnesium.

BioActive Magnesium bevat drie verschillende magnesiumzouten omhuld in een snel oplosbare matrix. Dat is handig als je de tabletten liever oplost in een glas water in plaats van ze in hun geheel door te slikken.

Magnesium draagt bij aan:

- De vermindering van vermoeidheid en uitputting
- Een normale spierwerking
- Het behoud van normale botten en tanden



Gebruik : 1 tablet per dag. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen. Goed oplosbaar in water!

Verpakkingen : 60 tabletten CNK 2081-826
120+30 tabletten CNK 3175-163



Omdat sommige mensen de voorkeur geven aan aminozuren van plantaardige oorsprong

Bio-Carnitine bevat het aminozuur L-carnitine. Het merendeel van de carnitine in het menselijk lichaam bevindt zich in het spierweefsel.

We halen ongeveer 75 procent van onze carnitine uit onze voeding, met als belangrijkste bronnen zuivelproducten en rood vlees. Plantaardige eiwitten bevatten slechts een zeer beperkte hoeveelheid carnitine, waardoor vegetariërs vaak een tekort hebben aan dit aminozuur.

Mensen zijn in staat om carnitine te synthetiseren, maar het aminozuurgehalte in het lichaam daalt naarmate we ouder worden.

Bio-Carnitine bestaat uit plantaardige capsules die elk 250 mg pure L-carnitine bevatten. De carnitine in Bio-Carnitine is vegetarisch en wordt gemaakt door middel van een uniek productieproces dat gebaseerd is op fermentatie.



Gebruik : 1 capsule per dag, tenzij anders aanbevolen. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen. Geschikt voor vegetariërs.

Verpakkingen : 50 plantaardige caps CNK 2984-417
150 plantaardige caps CNK 2984-409



Omdat we onze gewrichten moeten onderhouden en verzorgen om ze levenslang te kunnen gebruiken

Glucosamine is een kleine, in water oplosbare molecule die het lichaam zelf kan synthetiseren. Glucosamine vormt samen met glycosaminoglycanen en hyaluronzuur de bestanddelen van gewrichtskraakbeen.

Bio-Glucosamine Plus bestaat uit glucosaminesulfaat, vitamine C en chondroïtinesulfaat – die elkaar wederzijds ondersteunen – in gemakkelijk opneembare en organische vormen.

Vitamine C is betrokken bij de synthese van collageen, dat belangrijk is voor bindweefsels in het hele lichaam. Een van de functies van collageen is om normaal gewrichtskraakbeen te helpen behouden.

Bio-MSM + Glucosamine Crème is een snelwerkende crème die helpt gevoelige gewrichten te verlichten. Het bevat verwarmende en ontspannende kruiden en MSM dat zorgt voor een snellere opname van glucosamine. Je kunt de crème gewoon rechtstreeks aanbrengen op het aangetaste gewricht.

Vitamine C draagt bij aan:

- De normale productie van collageen, wat belangrijk is voor normaal gewrichtskraakbeen
- De normale productie van collageen, wat belangrijk is voor normale botten, tandvlees, tanden, huid en bloedvaten

Gebruik : 3 tabletten per dag. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen.

Verpakkingen : 100 tabletten CNK 2434-603
Bio-MSM+Glucosamine Cream
75 ml CNK 2263-361



Omdat het buitenleven zijn tol eist op je huid en slijmvliezen

Onze huid is een essentieel onderdeel van ons afweermecanisme. Een gezonde huid en gezonde slijmvliezen helpen het lichaam te beschermen. Bèta-caroteen is een plantaardige voorloper van vitamine A, een van de belangrijke vitaminen die je huid en slijmvliezen gezond helpen te houden.

De zon en de wind hebben een zware impact op je huid. Het loont om je huid sterk en gezond te houden zodat ze in staat is om de rest van je lichaam te beschermen.

Bio-Carotene+E is een supplement met kleine capsules die bèta-caroteen bevatten in een oliemengsel dat de inhoud stabiel helpt te houden en de opname in het spijsverteringsstelsel verhoogt. Studies tonen immers aan dat je lichaam deze voedingsstof op deze manier beter opneemt dan duit plantaardige voedingsmiddelen.

Bio-Carotene+ E bevat ook vitamine E, een andere belangrijke vitamine voor de huid en krachtige antioxidant die helpt de cellen te beschermen.

Bèta-caroteen (vitamine A) draagt bij aan:

- Het behoud van een normale huid en normale slijmvliezen
- Het behoud van een normaal zicht
- Het behoud van een normaal immuunsysteem

Vitamine E draagt bij aan:

- De bescherming van cellen tegen oxidatieve stress

Gebruik : 1 capsule per dag. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen.

Verpakking : 60 capsules CNK 1445-618



Omdat het fijn is om de juiste soort bacteriën bij de hand te hebben

Een van de dingen die een actief leven echt in de weg kunnen staan, is buikklasten, of je nu op reis bent of thuisblijft. Toch is het vaak tijdens reizen naar het buitenland dat we met deze problemen kampen omdat we niet gewend zijn aan het lokale eten.

Bio-Flora bevat wetenschappelijk gedocumenteerde melkzuurbacteriën die zo worden vervaardigd dat ze hun reis door de maag naar de dunne darm kunnen overleven. De plantaardige capsules zijn handig om mee te nemen op reis. Ze mogen op normale kamertemperatuur worden bewaard en hoeven dus niet in de koelkast.

Om optimale omstandigheden voor je darmflora te creëren, moet je veel voedingsvezels en gezonde koolhydraten eten. Je kan Bio-Flora bovendien combineren met Bio-Fiber voor nog betere resultaten.



Gebruik : 1 tot 3 capsules per dag. Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen.

Verpakking : 60 capsules CNK 1563-261



Omdat een zacht duwtje de zaken op gang kan brengen

Bio-Fiber bevat een zorgvuldig uitgebalanceerde mix van natuurlijke, oplosbare en onoplosbare plantaardige vezels in tabletvorm. De vezels zijn afkomstig van citruspectine en suikerbieten. Zowel de oplosbare als onoplosbare vezels zijn belangrijke elementen voor een gezonde en evenwichtige voeding.

Wanneer je je vezelinname via je voeding verhoogt, moet je beginnen met een lage dosis en de hoeveelheid langzaam verhogen om je spijsverteringsstelsel te helpen aanpassen aan de verandering. Dit is ook het geval als je een vezelsupplement in tabletvorm neemt. Zorg voor voldoende vochtinname!

Vezels uit suikerbieten dragen bij aan:

- Het verhogen van de fecale bulk



Gebruik : 2 tot 12 tabletten per dag, afhankelijk van de vezelaanbreng in de voeding.
Drink voldoende water!
Bij voorkeur tijdens een maaltijd in te nemen. Geschikt voor vegetariërs.

Verpakking : 120 tabletten CNK 1333-020



Omdat ons slaaphormoon wordt verstoord wanneer we reizen of elektronische apparaten gebruiken.

Mensen produceren melatonine bij het vallen van de avond als het donker wordt tot zonsopgang. Blauw licht van tablets, smartphones en andere elektronische apparaten belemmert ons vermogen om dit vitale slaaphormoon te produceren en kan daardoor onze slaap en ons welzijn verstoren.

Melatonine is een belangrijk onderdeel van ons hormoonstelsel dat onze 24-uursklok, of circadiane ritme, regelt. Daarom vormt het vooral een uitdaging wanneer we naar verschillende tijdzones reizen en onszelf blootstellen aan licht en donker op een ander tijdstip dan normaal. Dit brengt namelijk onze melatonineproductie uit balans.

Bio-Melatonine Complex bevat met 0,29 mg melatonine en 10 mg niacine, een voorloper van melatonine in het lichaam.

Niacine (vitamine B3) draagt bij aan:

- Een normaal zenuwstelsel
- De vermindering van vermoeidheid en uitputting
- Een normaal energiemetabolisme

Gebruik : 1/2 tablet per dag. Onder de tong laten smelten (sublinguaal), kort voor het slapengaan. Bij voorkeur elke avond op hetzelfde tijdstip.

Verpakkingen : 60 tabletten CNK 3383-858
180 tabletten CNK 3383-841



Pharma Nord

Innoverend voor de gezondheid

Minervastraat 14, B-1970 Zaventem

Tel: 02 720 51 20 – Fax: 02 720 51 60

info-be@pharmanord.be, www.pharmanord.be

Volg ons op  

Verkrijgbaar bij uw apotheker.

Vraag naar de overeenkomstige CNK-code.