



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

JUMASAN ENERGETIC PROTEIN

Wer möchte schon mit zunehmendem Alter immer gebrechlicher und schwächer werden und an Spannkraft verlieren? Diese Entwicklung zu unterbrechen, stellt viele vor eine scheinbar unlösbare Aufgabe. Und dennoch gibt es Lösungen, wie wir die Funktion unseres Körpers gegen das Altern mobilisieren und unterstützen können.

Denn eigentlich ist seit mehr als 20 Jahren ein wesentlicher Bestandteil der Probleme der Altersschwäche und der Faltenbildung gelöst. Neben einem Mangel an Bewegung begründet sich dies in einem eklatanten Mangel an „essentiellen Aminosäuren“. Diese sind die Grundlage für den Eiweißaufbau in unseren Zellen.

Ein erwachsener Mensch benötigt ca. 25 bis 30 Gramm verwertbares Eiweiß täglich. Das wichtige Wort hierbei ist „verwertbar“. Denn Eiweiß in unserer Nahrung steht eigentlich in mehr als ausreichender Menge zur Verfügung. Die meisten Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt, Diabetes, Bluthochdruck, Schlaganfall - und sicherlich auch die Entstehung von Autoimmunerkrankungen wie Krebs - sind eher auf einen zu hohen Eiweißkonsum zurückzuführen. In den Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg, in der Zeit von 1945 bis 1948, gab es Zivilisationskrankheiten in Deutschland nur sehr selten, denn nur sehr wenig Eiweiß stand in der Nahrung der Menschen damals zur Verfügung. In solch eiweißarmen Zeiten greift der Körper auf seine Eiweißreserven zurück. Damit werden allmählich die Blutgefäßwände eiweißfrei und oben genannte Krankheitsbilder treten immer weniger auf.

Fleisch, Fisch, Milch und Milchprodukte, Eier, Soja, Hülsenfrüchte und Nüsse sind die wesentlichen Eiweißträger in unserer westlichen Nahrung. Wir essen meist weit mehr als 30 Gramm Eiweiß pro Tag - nur Veganer und bedingt auch Vegetarier nehmen weniger Eiweiß zu sich. Und eigentlich müssten 30 Gramm Eiweiß vollständig ausreichen, zumal unsere Speisen alle essentiellen Aminosäuren enthalten, die wir für Aufbau und Erhaltung unserer Zellen benötigen.

Das Kernproblem der richtigen Eiweißversorgung liegt aber in einem bisher wenig beachteten Detail: Essentielle Aminosäuren, für den Menschen sind dies acht verschiedene, müssen im absolut richtigen Verhältnis zueinander in einem Nah-



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

rungsmittel enthalten sein, damit sie auch optimal vom Körper genutzt werden können. Es ist so wie beim Geldwechsel von 100 Euro in eine andere Währung, bei der man möglichst von allen Scheinen und Münzen ein Mengenverhältnis erhalten will, wie sie gerade im Umlauf sind. Die großen Scheine 1x, die mittleren 2 bis 3x, die kleinen 5 bis 10x, die Münzen entsprechend häufiger und die kleinste Münze am häufigsten.

Ähnlich aufgebaut ist das Aminosäure-Muster, bei dem das Verhältnis der einzelnen acht Säuren untereinander stimmen muss. Sonst gilt das Prinzip der Kette: Das schwächste Glied bestimmt die Haltbarkeit einer Kette. Deswegen enthält Hühnereigelb eine Wertigkeit von etwa 72%. D.h. dass der Körper das Eigelb zu 72% für seine Zellerneuerung einsetzen kann. Das Gesamt-Ei hat eine Wertigkeit von ca. 48%, also deutlich weniger. Fleisch, Fisch, auch Geflügel haben eine Wertigkeit von nur noch ca. 33%. Und Milch, Milchprodukte (Käse, Joghurt, Quark etc.) sowie Pflanzeneiweiß wie Soja, Hülsenfrüchte, Nüsse u.a. haben nur eine Wertigkeit von ca. 16%, also sehr wenig.

Wenn man auf 30 Gramm verwertbares Eiweiß mit einer ausreichenden Menge an essentiellen Aminosäuren kommen will, dann braucht man etwa 80 Gramm Eigelb oder 200 Gramm Hühnerei oder ca. 300 Gramm Fleisch, Fisch, Geflügel täglich. Bei Milch braucht man etwa 1,5 Liter, bei Hartkäse etwa 280 Gramm, bei getrockneten Hülsenfrüchten wie Soja, Erbsen, Linsen oder Bohnen ca. 800 Gramm, bei Nüssen ca. 2 Kg täglich, um die geforderte Menge an 30 Gramm verwertbarem Eiweiß zu erreichen. Es ist leicht nachzuvollziehen, dass dies meist kaum zu schaffen ist. Denn wir müssten zudem von dem rohen Nahrungsmittel den Wassergehalt abziehen, um die reale Eiweißmenge definieren zu können, die wären beim Eigelb 50%, beim ganzen Hühnerei 74%, bei Fleisch, Fisch und Geflügel 60-70%, bei Milch 87%, bei Hartkäse 30% und schließlich bei getrockneten Hülsenfrüchten und Nüssen ca. 10%. Bei Nüssen und Hülsenfrüchten sind überdies noch große Mengen an Fetten bzw. Kohlenhydraten enthalten.

Wenn wir aber genug eiweißhaltige Nahrung täglich essen, z.B. 300 Gramm Fleisch, dann haben wir ein Entsorgungsproblem. Denn von diesen 300 Gramm (z.B. ein Steak) müssen wir zwei Drittel aufwendig verdauen und wieder aus-



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

scheiden, womit wir unsere Ausscheidungsorgane erheblich belasten. Das können Organe nicht beliebig lange aushalten. Als junge Männer können wir zwar problemlos drei Schnitzel hintereinander essen, aber bereits im Alter von 50 Jahren fällt uns das schon recht schwer. Wir haben bis dahin nämlich bereits unsere Hauptausscheidungsorgane, Leber und Niere, übermäßig beansprucht. Deswegen fangen diese an zu streiken. Wir werden leichter müde, die Leistungsfähigkeit lässt nach, Blutdruck und Cholesterin steigen und wir beginnen allmählich zu altern.

Wie können wir diesem Prozess gegensteuern? Nun - eigentlich in ganz einfacher Form: Mit körperlicher Arbeit! Kaufen Sie sich einen Bauernhof oder einen großen Garten und arbeiten Sie dort jeden Tag einige Stunden an der frischen Luft. Dann entlasten Sie Leber und Niere hervorragend und können täglich drei Schnitzel oder ein Äquivalent an anderem Eiweiß weitgehend schadlos zu sich nehmen. Denn körperliche Arbeit kompensiert eine große Menge eiweißreicher Nahrungsaufnahme.

Da jedoch nicht jeder einen Bauernhof kaufen kann, gibt es noch eine weitere intelligente Lösung für die begleitenden Probleme des Alterns und der Frage, wie ich durch eine gezielte Eiweißaufnahme mein Alter positiv beeinflussen kann. Hierfür haben wir in jahrelanger Auseinandersetzung mit den Fragen des Alterns und den Funktionsweisen unseres Organsystems ein geniales Produkt entwickelt: unser hochwertiges, 100% reines JUMASAN ENERGETIC PROTEIN - energetische, essentielle Aminosäuren in Tablettenform. Nur hierin sind ALLE essentiellen Aminosäuren in optimaler Zusammensetzung enthalten.

Durch die tägliche Einnahme von JUMASAN ENERGETIC PROTEIN bleibt unsere Muskulatur erhalten oder nimmt sogar zu. Durch die Einnahme von JUMASAN ENERGETIC PROTEIN kann sich die Haut erholen. Sie wird wieder straff und samtten, Falten werden weniger, vor allem weil sich das Unterhautgewebe allmählich wieder aufbaut. Denn in der Haut liegen unendlich viele kleine Muskeln, die durch JUMASAN ENERGETIC PROTEIN einen positiven Aufbaueffekt erfahren. Und wir



SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

können dabei ganz normal essen, müssen allerdings mit körperlicher Aktivität, Sport, Gymnastik, Gartenarbeit, Wandern, Tanzen etc. dafür sorgen, dass dieses Eiweiß auch richtig in unsere Zellen eingebaut wird. Denn körperliche Passivität reduziert die Wirkung von JUMASAN ENERGETIC PROTEIN. Auch hier gilt der Grundsatz „Ohne Fleiß kein Preis“.

Mit Hilfe von JUMASAN ENERGETIC PROTEIN regenerieren allmählich unsere Körperorgane und helfen somit aktiv, den Alterungsprozess deutlich zu verlangsamen.

JUMASAN ENERGETIC PROTEIN wird aus gentechnikfreien Hülsenfrüchten gewonnen und ist somit ein rein pflanzliches, hochwertiges, komplexes Eiweißprodukt. Es ist insbesondere für Veganer und Vegetarier geeignet. Es wird innerhalb von ca. 25 Minuten vom Dünndarm vollständig resorbiert und hinterlässt keine Verdauungsendprodukte. Für JUMASAN ENERGETIC PROTEIN gibt es keinerlei Einschränkungen oder Unverträglichkeiten. Menschen mit erheblichem Proteinmangel können allerdings vermehrt Aufbaueffekte spüren, v. a. an Muskeln und Gelenken.

In unserer Schlosspark-Klinik setzen wir JUMASAN ENERGETIC PROTEIN gezielt im Rahmen individueller Aufbaukuren ein. Bei der Durchführung unseres „Dr. von Rosen - Metabolisches-Regulations-Programm“ stellen wir systematisch Ihre Körperfunktionen neu ein, durch eine hohe Proteinversorgung in Verbindung mit einer gezielten Diät, einer aktiven Beeinflussung Ihres Säure-Basen-Haushaltes, durch Ableitungen und Ausschleusung von unerwünschten Stoffen und durch gezielte Aktivität. Wenden Sie sich vertrauensvoll an uns, um für Sie das beste Programm zu entwickeln.

JUMASAN ENERGETIC PROTEIN beziehen Sie direkt über unser Ernährungsinstitut Dr. von Rosen, Fritz-Stamer-Strasse 11, in 36129 Heilklimatischer Kurort Gersfeld in der Rhön.