

ferrotone®

# Natürliches Eisen Natürlich Du

Eisen aus natürlicher Quelle  
mit besonders guter Aufnahme  
und Verträglichkeit

**NEU**  
gestaltet  
seit April 2022



# ferrotone®

- ✓ Natürlich aus eisenreicher Quelle
- ✓ Herausragende Aufnahme im Körper<sup>1</sup>
- ✓ Sanft für Magen und Darm
- ✓ Nur 1 x täglich
- ✓ Einfach anzuwenden
- ✓ Für die ganze Familie  
Auch für Kinder ab 3 Jahren



Frauengesundheit



Energie



Immunsystem



Sport





## Die Rolle von Eisen im Körper

Eisen ist ein lebenswichtiges Spurenelement, das für viele Funktionen im Körper unerlässlich ist. Da Eisen vom Körper jedoch nicht selbst gebildet werden kann und der Organismus täglich Eisen verliert, sollte es regelmäßig in ausreichender Menge über die Nahrung zugeführt werden.

### Die Funktionen von Eisen im Überblick:

- Eisen trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- Eisen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen & Hämoglobin und damit zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei
- Eisen trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei

## Wie viel Eisen brauche ich?

Die individuellen Bedürfnisse variieren je nach Alter, Geschlecht und Lebensstil. Die empfohlene Tageszufuhr (NRV) liegt bei 14 mg (Schwangere 30 mg und Stillende 20 mg pro Tag). Zwar bedarf eine erwachsene Frau nur zwischen 1,5 bis 2 mg Eisen pro Tag (bis zu 6 mg in der Schwangerschaft), jedoch muss bei der täglichen Ernährung berücksichtigt werden, dass der Durchschnittsmensch nur 5 bis 20%<sup>1</sup> des Eisens aus Nahrungsquellen tatsächlich aufnehmen kann. Daher liegt die empfohlene Zufuhr deutlich über dem eigentlichen Bedarf und es ist sehr schwierig, diesen über die Ernährung zu decken. Insbesondere gilt das für Frauen, Schwangere, Kinder, Teenager und Ausdauersportler, die bekannterweise eine höheren Eisenbedarf haben.

### Mögliche Anzeichen eines Eisenbedarfs:

- Energiemangel, Müdigkeit und Erschöpfung\*
- Blasse Haut
- Erhöhte Infektanfälligkeit
- Schlafstörungen
- Kopfschmerzen
- Schwindel

## Jetzt vorsorgen mit Ferrotone®

**Ferrotone® ist ein natürlich vorkommendes eisenreiches Wasser, das direkt aus seiner natürlichen Quelle gewonnen wird.**

Das speziell filtrierte Wasser hat einen hohen Eisengehalt und ein Tagesportionsbeutel Ferrotone® leistet so einen gezielten Beitrag zur täglichen Eisenversorgung und der allgemeinen Gesundheit. Ferrotone® eignet sich für die ganze Familie insbesondere für Schwangere, Stillende, Sportler, Vegetarier & Veganer sowie Kinder ab 3 Jahren!

**Ferrotone® ist auch in der Kombination mit Vitamin C und Apfelsaftkonzentrat als Ferrotone® Apfel erhältlich.**

Die praktischen Beutel mit einer Tagesration sind sofort trinkfertig und damit auch ideal für unterwegs geeignet. Außerdem deckt Ferrotone® Apfel zusätzlich die empfohlene Tageszufuhr an Vitamin C, von der man weiß, dass es die Aufnahme von Eisen im Körper zusätzlich verbessert. Vitamin C trägt darüber hinaus zu einer normalen Funktion des Immun- und Nervensystems bei, unterstützt den Energiestoffwechsel und kann so Müdigkeit und Ermüdung mindern.

**Die ideale Unterstützung, um die Energie- und Eisenreserven wieder aufzufüllen**

**NEU**  
gestaltet  
seit April 2022



## Das Besondere an Ferrotone®

Es wurde wissenschaftlich bestätigt, dass das Eisen in Ferrotone® durchschnittlich bis zu ca. 40%<sup>1</sup> vom Körper aufgenommen wird, während die Bioverfügbarkeit von herkömmlichen Eisensulfat-Tabletten nur bei schätzungsweise 3-10%<sup>1</sup> liegt.

Das liegt u. a. daran, dass das Eisen in Ferrotone® bereits in gelöster Form als Fe<sup>2+</sup> vorliegt. Dadurch wird dem Körper die Aufnahme des Spurenelements erleichtert. Ein Beutel Ferrotone® enthält im Gegensatz zu vielen hochdosierten Produkten nur 5 mg Eisen. Der Körper kann trotz der scheinbar geringen Menge ca. 2 mg Eisen aufnehmen und es ist somit der gezielte Beitrag zur täglichen Eisenversorgung gewährleistet.

“  
**Es kommt nicht darauf an wie viel Eisen wir konsumieren, sondern darauf, wie viel Eisen unser Körper tatsächlich aufnimmt.**  
”

Ferrotone® ist besonders verträglich, denn durch seine effektive Aufnahme gelangt weniger nichtabsorbiertes Eisen in den Darmtrakt, das den Körper unnötig belastet. Genau dies ist bei der Einnahme von Eisenpräparaten sonst häufig der Auslöser für Nebenwirkungen, wie z.B. Verstopfung oder Magenreizungen.



<sup>1</sup>[http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/anaemia\\_iron\\_deficiency/WHO\\_NHD\\_01.3/en/](http://www.who.int/nutrition/publications/micronutrients/anaemia_iron_deficiency/WHO_NHD_01.3/en/)

<sup>2</sup>Worwood M et al.: Clinical and Laboratory Haematology 1996; 18: 23-27. Nahrungsergänzungsmittel mit Eisen. Zutaten Ferrotone® Original: Wasser mit hohem natürlichem Eisengehalt. Zutaten Ferrotone® Apfel: Wasser mit hohem natürlichem Eisengehalt, Apfelsaftkonzentrat (15,6%), L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Konservierungsstoff: Kaliumsorbat. Durchschnittlich sind 5 mg Eisen (Fe<sup>2+</sup>) in einem Tagesportionsbeutel Ferrotone® Original oder Apfel enthalten (entspricht 36% des empfohlenen Tagesbedarfs für Erwachsene). Ferrotone® Apfel enthält außerdem 80 mg Vitamin C (entspricht 100% des empfohlenen Tagesbedarfs für Erwachsene) in einem Tagesportionsbeutel. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

## Verzehrempfehlung:

Die Verwendung von Ferrotone® ist praktisch und leicht in den Alltag zu integrieren:

- **Inhalt eines Tagesportionsbeutels 1 x täglich direkt verzehren**
- **Alternativ in ein Glas Wasser oder Lieblingsfruchtsaft geben**
- **Umgehend trinken**
- **Während der Schwangerschaft können 2 Portionen täglich eingenommen werden**

Ferrotone® Original enthält keine Zusatzstoffe und sollte daher, wenn möglich, zusammen mit Fruchtsaft verzehrt werden, denn Vitamin C kann die Aufnahme von Eisen durch den Körper steigern.

Ferrotone® kann auf leeren Magen, sowie während oder auch nach einer Mahlzeit verzehrt werden.

Grundsätzlich ist darauf zu achten, dass Eisenpräparate nicht gleichzeitig mit Milchprodukten, Kaffee, schwarzem Tee, Wein oder kohlenstoffhaltigen Getränken eingenommen werden, da diese die Eisenaufnahme hemmen können (Abstand von mind. 30-45 Minuten). Am besten nimmt man das Produkt täglich regelmäßig zur gleichen Zeit ein, damit die Verwendung dank Routine nicht vergessen wird.



# Die Herkunft von Ferrotone®

Im Herzen des wunderschönen Snowdonia-Gebirges in Nordwales versteckt sich Trefriw Wells, die bis heute zu einer der eisenreichsten Quellen in Europa zählt.

Seit zweihundert Jahren wird das eisenhaltige Wasser vom Trefriw Wells Spa direkt vor Ort abgefüllt und von Menschen auf der ganzen Welt als natürliches Nahrungsergänzungsmittel mit Eisen genutzt.

Heute kennt man das eisenreiche Wasser der Trefriw Quellen als Ferrotone®.



Überreicht durch:

Wenn Sie weitere Informationen wünschen, besuchen Sie einfach unsere Internetseiten oder schreiben Sie uns eine E-Mail an die unten angegebene Adresse.

**[www.ferrotone.de](http://www.ferrotone.de)**

Nelsons GmbH  
Heegbarg 2  
22391 Hamburg

Tel.: 040 / 43 18 78-0 Fax: 040 / 43 22 63 5 oder 43 90 52 8  
E-Mail: [info-de@nelsons.net](mailto:info-de@nelsons.net)