

März 2021

Liebe Freunde,

unser Verein beschäftigt sich unter anderem mit Naturprodukten, die unsere Gesundheit fördern und erhalten können sowie bei Krankheiten unterstützend eingesetzt werden können.

Wir haben spezielle Algenprodukte der Neurobiologin Dr. Heidi Wichmann getestet www.dr-wichmann.com und wollen ihnen im Folgenden unsere Forschungsergebnisse mitteilen.

Alles Gute und lange Gesundheit !

Dr. Patrick Assheuer (1. Vorsitzender)

Warum Algen

Seit Jahrtausenden sind Algen fester Bestandteil der menschlichen Ernährung. Auch heute gehören Algen in vielen Ländern zum täglichen Brot und die gesundheitsfördernden Wirkungen von Mikroalgen und Cyanobakterien, wie Chlorella und Spirulina, sind mittlerweile sehr vielen bekannt. Jedoch sind Makroalgen, die Bäume des Meeres, im Westen kaum bekannt. Neben vielen Antioxidantien, immunsystemstimulierenden und entzündungshemmenden Eigenschaften enthalten sie zahlreiche Bausteine, welche für ausgewogene Körpervorgänge sehr wichtig sind. Unter anderem enthalten sie - je nach Art speziell und in unterschiedlichen Mengen - beispielsweise essentielle Aminosäuren, Mineralstoffe und Spurenelemente (Calcium, Magnesium, Lithium etc.), Vitamine (A, B-Komplex, C, E etc.), essentielle Fettsäuren sowie Jod. Ein weiterer Vorteil von Algen ist, dass sie entgiften indem sie gewisse Stoffe an sich binden und diese so vom Körper ausgeschieden werden können. Algen spielen in der Zukunft eine immer wichtigere Rolle ganz besonders um die gesunde Nährstoffversorgung von uns Menschen zu gewährleisten.

Es stellt sich oft die Frage, welche Algen man nehmen solle und ob die aus dem Meer nicht alle vergiftet seien. Der Gedanke, dass etwas völlig frei von Giften sei ist ein Trugschluss und jedem ist mittlerweile klar, dass die Luft auch nicht mehr so sauber ist wie sie mal war. Zunächst einmal müssen wir uns von dem Gedanken verabschieden, dass es überhaupt noch absolut unbelastete Lebensmittel gibt.

Wenn - wie in vielen Fällen bei Mikroalgen und Cyanobakterien - Ihre Algen aus Aquakulturen stammen, sind sie nicht wie im Meer den ganzen Stoffen ausgesetzt und filtern diese somit nicht heraus. Andererseits handelt es sich hier um künstlich hergestellte Lebensbedingungen unter denen die Algen wachsen, welches ver-

gleichbar mit unserem Kulturgemüse im Kontrast zu essbaren Wildpflanzen ist. Das Meer ist in seiner Vielfältigkeit nicht zu simulieren, denn auch wenn die Wasserzusammenstellung mehr oder weniger imitiert werden kann, so fehlen andere Faktoren wie der Wind, Gezeiten, Symbionten, Tiere die sie anfressen und vieles mehr. Dies sind alles Parameter, welche maßgeblich die Produktion der Inhaltsstoffe beeinflussen. Dieses grundlegende Prinzip lässt sich natürlich auf Landpflanzen und Pilze übertragen. Auch wenn selbstverständlich auf die Schwermetallbelastung etc. geachtet werden muss, so sind Algen was ihre Anpassungsfähigkeit betrifft uns evolutionär bei weitem überlegen. Um den steigenden Herausforderungen in der Umwelt stand zu halten passen sie sich und ihre Schutzstoffe wesentlich schneller an um überleben zu können, denn sonst würden sie ebenfalls sterben. Die Umwelteinflüsse denen sie ausgesetzt werden, zu ihnen gehören auch Umwelttoxine, sind epigenetische Faktoren, die einen großen Einfluss auf die Stoffe haben, welche die Algen bilden. Sie passen ihre Schutzstoffe den neuen Herausforderungen viel schneller an als wir es überhaupt können und können dies an uns weitergeben.

Sie gehören zu den ersten Lebewesen, welche die Erde bewohnt und bewohnbar gemacht haben, bilden die Basis der Nahrungskette und letztendlich haben auch unsere Vorfahren den Weg ans Land aus dem Meer gefunden, was nicht zuletzt die ähnliche chemische Zusammensetzung von unserem Blut und Meerwasser vermuten lässt.

Algen, insbesondere Makroalgen aus dem Meer, sind eine der wenigen Quellen urtümlicher, reichhaltiger Nahrung und bekommen noch lange nicht die Aufmerksamkeit, die sie verdienen.

Die Produkte:

In den Algenglück Nahrungsergänzungsmitteln werden naturbelassene Bestandteile wie Algen, Pilze oder Gewürze mit hochwertigen, studienbelegten Extrakten aus Kurkuma, schwarzem Pfeffer oder Weihrauch, sowie den Vitaminen D₃ und K₂, Sonnenblumenlecithin und Kokosöl kombiniert. Der Pfefferextrakt ist ein sog. Thermonutrient, der zusätzlich die Bioverfügbarkeit der Naturstoffe verstärkt. Es werden mehr der Substanzen aufgenommen, sie verbleiben länger in ihrer aktiven Form im Körper und werden langsamer abgebaut.

Er moduliert die Enzyme, welche für die Verstoffwechselung von Nährstoffen verantwortlich sind und es gelangen so mehr der Substanzen in ihrer aktiven Form in den Körper.

Diese einzigartige Kombination des „Algenglücks“ resultiert in einer hohen Bioverfügbarkeit und synergistischen Effekt der gesamten Inhaltsstoffe.

Zusätzlich ist ein große Auswahl der Produkte auch ohne zusätzliche Vitamine D₃/K₂ und dementsprechend ohne deren Trägersubstanz Traubenzucker erhältlich.

Exklusiv wird ein von Frau Dr. Wichmann entwickelter Algenextrakt aus Mikroalgen, Cyanobakterien und Makroalgen eingesetzt (außer Algenglück Pur, Meeresmineralien).

Pro Kapsel (außer Algenglück Pur, Hanfglück, Meeresmineralien) 1000 i.E. D₃ und K₂ (33 µg).

Algenglück Kurkuma:

Algenglück Kurkuma vereint die gesundheitsfördernden und entgiftenden Eigenschaften der nährstoffreichen Alge *Ulva lactuca* mit Kurkuma, schwarzem Pfeffer, Weihrauch, Kokosöl, Kurkuma- Weihrauch- und Pfefferextrakt, Algenextrakt und den Vitaminen D₃ und K₂. Zahlreiche Inhaltsstoffe sind wichtig für die Entwicklung und Funktion des Gehirns. Durch die entgiftenden Eigenschaften und die gleichzeitige Zufuhr von wichtigen Nährstoffen wird dem Körper geholfen, Toxine auszuleiten und Nährstoffreservoirs aufzufüllen und hat entzündungshemmende, antioxidative, leicht schmerzlindernde sowie eine entgiftende Wirkung. Durch die Kombination des Pfeffer- und Kurkumaeextrakts konnte 2000% mehr Curcumin im Blutserum nachgewiesen werden, als bei der Gabe von Curcumin alleine oder vergleichbaren Produkten. Die höchste Konzentration wurde nach einer Stunde gemessen. Die Anwendung des Weihrauch Extrakts führte zur Abnahme und Linderung der Symptome von Asthma, Arthritis, Colitis ulcerosa, generell Allergien und respiratorischen Krankheiten.

Algenglück Kurkuma ist ein hervorragender Antioxidant und Entzündungshemmer, findet Anwendung bei Depressionen und depressiven Verstimmungen. Des Weiteren kann es bei Diabetes, neurodegenerativen Erkrankungen (auch Demenz), Schmer-



zen, Gallensteine usw. eingesetzt werden. Entzündungsreaktionen im Körper sind die Ursache für viele der heute beschriebenen Symptome.

Dosierungsempfehlung: 6 Kapseln/ Tagesdosis

Hinweis: Die Einnahme mit einem Heißgetränk (Wasser, Tee) wird empfohlen.

Algenglück AFA

Algenglück AFA vereint die gesundheitsfördernden und entgiftenden Eigenschaften der nährstoffreichen Algen *Aphanizomenon flos-aquae* (Afa), *Ulva lactuca* und der Mineralstoff- und Spurenelementbombe *Lithothamnium calcareum*, welche mit hochwertigem Kokosöl, Sonnenblumenlecithin, Pfefferextrakt, Algenextrakt und den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurde. Viele der zahlreichen Inhaltsstoffen unterstützen die Entwicklung und Funktion des Gehirns und stellen wichtige Bausteine für eine optimale Gehirnleistung bereit. Die Kombination mit Kokosöl, Sonnenblumenlecithin und Vitamin D₃/K₂, sowie einem exklusiven Algen und Pfefferextrakt in Algenglück AFA bewirkt einen synergistischen Effekt, woraus eine höchstmögliche Aufnahme der wertvollen Inhaltsstoffe vom Körper und insbesondere des Gehirns resultiert.

Algenglück AFA ist „Gehirnfutter“, wirkt belebend, fördert die Konzentrationsfähigkeit, sorgt für eine bessere Beweglichkeit und wirkt sich positiv auf das Gemüt aus.

Dosierungsempfehlung: 3-6 Kapseln/ Tagesdosis



Algenglück Chaga:

Algenglück Chaga vereint die gesundheitsfördernden und entgiftenden Eigenschaften der nährstoffreichen Alge *Ulva lactuca* und dem aus der traditionellen chinesischen Medizin bekannten Heilpilz Chaga (*Inonotus obliquus*). Chaga enthält zahlreiche wertvolle Inhaltsstoffe wie Melanin, verschiedene Vitamine und Sekundärmetabolite. Die Kombination mit Kokosöl, Sonnenblumenlecithin, Pfefferextrakt, Algenextrakt und den Vitaminen D₃ und K₂ verbessert die Aufnahme der gesundheitsfördernden Bestandteile insbesondere ins Gehirn und wirkt zudem synergistisch.



Algenglück Chaga wirkt ausgleichend und unterstützend und sollte bei Schlafstörungen sowie anderen stressbedingten Zuständen eingesetzt werden. Viele seiner Inhaltsstoffe haben in zahlreichen Studien entzündungshemmende, antioxidative und entgiftende Wirksamkeit gezeigt.

Hinweis: Es kann in den ersten Tagen zu einem erhöhtem Schlafbedürfnis kommen.

Dosierungsempfehlung: 3-6 Kapseln/ Tagesdosis

Hinweis: Die Einnahme mit einem Heißgetränk (Wasser, Tee) wird empfohlen.

Algenglück Sango:

*Algenglück Sango besteht aus den Algen *Ulva lactuca* und *Lithothamnium calcareum*, der Sango Koralle, welches mit hochwertigem Kokosöl, Sonnenblumenlecithin, Pfefferextrakt, Algenextrakt und den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurde. Es enthält über 70 Mineralstoffe und Spurenelemente wie Eisen, Silizium, Chrom etc. und stellt eine besonders reichhaltige Quelle an bioverfügbarem Magnesium und Calcium dar. Algenglück Sango findet Einsatz bei Mineralstoffmangel, wo es den Körper mit notwendigen Bausteinen wie z. B. Calcium, Magnesium und Eisen versorgt. In Kombination mit Extrakten und Vitaminen wird dem Körper alles an Bausteinen zur Verfügung gestellt, um diese auch bestmöglich aufzunehmen.*

Dies wirkt sich sichtbar positiv auf die Beschaffenheit von Haaren, Haut, Nägeln, Knochen und Zähnen aus und ist generell wichtig für das Nervensystem.

Dosierungsempfehlung: 3-6 Kapseln/ Tagesdosis



Algenglück Safran:

*Algenglück Safran vereint die gesundheitsfördernden und ausgleichenden Eigenschaften der nährstoffreichen Alge *Ulva lactuca* und Safran, welches mit hochwertigem Kokosöl, Sonnenblumenlecithin, Pfefferextrakt, Algenextrakt und den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurde. Die Alge *Ulva lactuca* liefert unter anderem wichtige Nährstoffe, während sich Safran bei der unterstützenden Behandlung von depressiven Verstimmungen, PMS und entzündlichen Erkrankungen bewährt hat. Neben Crocin und Crocetin gehört Safranal zu den hochwirksamen sekundären Pflanzenstoffen im Safran. Algenglück Safran wirkt sich darüber hinaus positiv auf das Sehvermögen aus.*



Sehr gut für die Augen, bei depressiven Verstimmungen (in Kombi mit Kurkuma am Besten), und fördert die Libido.

Dosierungsempfehlung: 1 Kapsel/ Tagesdosis

Hinweis: Die Einnahme mit einem Heißgetränk (Wasser, Tee) wird empfohlen.

Algenglück Pur:

Algenglück Pur besteht aus Braunalgen und vereint die gesundheitsfördernden Eigenschaften von *Fucus vesiculosus*, *Ascophyllum nodosum* und einer mineralstoffreichen Rotalge. Im Unterschied zu Algenglück Pur Plus ist, dass keine zusätzlichen Vitamine oder Extrakte darin zu finden sind. Algenglück Pur (Plus) enthält mehr Jod als die anderen Produkte, welches bekannterweise für die Schilddrüsenfunktionen und die Entwicklung sowie Funktion des Gehirns wichtig ist. Allerdings benötigt es jede Zelle unseres Körpers. Jod ist ein sehr guter Entgifter, u.a. auch von Brom, ganz besonders in Kombination mit wichtigen Spurenelementen und Mineralstoffen, welche besonders in der Rotalge *Lithothamnium calcareum* zu finden sind. Algenglück pur findet durch bspw. die Alginate Anwendung in der Entgiftung (auch nach Strahlen- und Chemotherapie) und Schwermetallausleitung und hilft auch bei bspw. Arthroseschmerzen durch die zusätzlichen entzündungshemmenden Eigenschaften.



Dosierungsempfehlung: 3-6 Kapseln/ Tagesdosis

Algenglück Pur Plus:

Algenglück Pur Plus besteht aus den Algen *Ascophyllum nodosum*, *Fucus vesiculosus* und *Lithothamnium calcareum*, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden.

In Algenglück Aktiv wurden besonders jodhaltige Braunalgen ausgewählt und zusätzlich mit der mineralstoff- und spurenelementhaltigen Rotalge kombiniert, da die Mangelversorgung mit ein zunehmendes Problem darstellt. Jod ist bekannterweise für die Schilddrüsenfunktionen und die Entwicklung sowie Funktion des Gehirns wichtig. Allerdings benötigt es jede Zelle unseres Körpers. Jod ist ein sehr guter Entgifter, u.a. auch von Brom, ganz besonders in Kombination mit wichtigen Spurenelementen und Mineralstoffen.



Algenglück pus plus findet Anwendung in der Entgiftung (auch nach Strahlen- und Chemotherapie) und Schwermetallausleitung und hilft auch bei Arthroseschmerzen durch die zusätzlichen entzündungshemmenden Eigenschaften.

Dosierungsempfehlung: 3-6 Kapseln/ Tagesdosis

Algenglück Meeresmineralien:

Algenglück Meeresmineralien ist zur gezielten Regulierung des Säure-Basen-Haushalts und enthält Mineralien aus dem Meer bzw. die auch dort vorkommen. Zum Auffüllen der körpereigenen Reservoirs ist Algenglück Sango besser geeignet, da die jeweiligen Inhaltsstoffe dort wesentlich stärker konzentriert vorkommen.

Dosierungsempfehlung: 1 TL. in Wasser gelöst morgens mindestens 30 Minuten vor dem Essen (auch NEM).



Algenglück OPC:

Algenglück OPC besteht aus Traubenkernextrakt (mit 65% OPC), der Alge *Ulva lactuca*, Hagebutte, Schisandra, Weinblätter, Rosskastanien, Sonnenblumenlecithin und Ginseng, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück OPC vereint unter anderem natürliche Vitamin-C-Quellen, welches wichtig für die Aufnahme und Wirkung von bspw. OPC ist. Zu den entzündungshemmenden Eigenschaften hat es eine antithrombotische Wirkung, wirkt blutverdünnend, endothelstärkend und als Anticoagulant (blutungsstillend). Zahlreiche Bestandteile können dem Körper helfen kleine Risse in den Blutgefäßen zu reparieren.

Durch diese stärkende Wirkung findet es Einsatz bei Herz-Kreislauf-Beschwerden und Venenschwäche mit Wassereinlagerungen.

Dosierungsempfehlung: 4-6 Kapseln/ Tagesdosis



Algenglück Vollhanf und Himalaya:

Algenglück Vollhanf besteht aus decarboxylierten Hanfblüten (nicht berauschend), Meeresalgen, Triphala, Brahmi, Chaga, Ginseng welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück Vollhanf vereint unter anderem CBD, CBN, CBG, Terpene mit den zusätzlich entgiftenden und nährstoffreichen Eigenschaften der anderen Bestandteile wie Algen und die ausgleichenden Adaptogene Chaga und Triphala mit der Gedächtnispflanze Brahmi.

Algenglück Himalaya enthält anstelle des Hanf die Afa Alge, Rotalge und Ginkgo biloba.



Algenglück Vollhanf und Himalaya finden vor allem Anwendung bei stressbedingten Problemen, kognitiven Problemen, hilft die Regeneration des Gehirns anzuregen (MS, Alzheimer, Parkinson etc.) und stellt die dafür wichtigen Bausteine bereit.

Dosierungsempfehlung: 4-6 Kapseln/ Tagesdosis

Hinweis: Die Einnahme mit einem Heißgetränk (Wasser, Tee) wird empfohlen.

Algenglück Brenn-Löwe

Algenglück Brenn-Löwe besteht aus Meersalat, Brennesseln, Mariendistel und Löwenzahn, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück BrennLöwe vereint die nährenden und entgiftenden Eigenschaften von Algen und die ausgleichenden, entgiftenden Brennesseln, Mariendistel und Löwenzahn.

Algenglück Brenn-Löwe findet vor allem Anwendung zur Entgiftung, zur Unterstützung der Leber, Galle sowie Prostataproblemen, bei Arthrose, Arthritis, Blasenproblemen uvm..

Dosierungsempfehlung: 4-6 Kapseln/ Tagesdosis



Algenglück Cistus - Karde

Algenglück Cistus-Karde besteht aus Meersalat, Zistrose und Kardenwurzel, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück Cistus-Karde vereint die nährenden und entgiftenden Eigenschaften von Algen und die immunstimulierenden Eigenschaften der Zistrose und Kardenwurzel.

Algenglück Cistus-Karde findet vor allem Anwendung zur Behandlung von Borreliose, Candida und grippalen Infekten etc.

Dosierungsempfehlung: 4-6 Kapseln/ Tagesdosis



Algenglück Katzenkrallen

Algenglück Katzenkrallen besteht aus Meersalat, Katzenkrallen und Ingwer, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück Katzenkrallen vereint die nährenden und entgiftenden Eigenschaften von Algen mit den entzündungshemmenden, immunstärkenden, antimikrobiellen und antiviralen der Katzenkrallen und Ingwer.



Algenglück Katzenkralle findet unter anderem Anwendung in der Behandlung von Borreliose, grippalen Infekten, zur Blutreinigung und hat Blutdrucksenkende Eigenschaften.

Dosierungsempfehlung: 4-6 Kapseln/ Tagesdosis

Algenglück Regenwald

Algenglück Regenwald enthält Meersalat sowie die klassischen, peruanische Heilpflanzen Abuta, Chuchuasi. Chanca Piedra und vereint die nährenden und entgiftenden Eigenschaften von Algen und die ausgleichenden Regenwaldpflanzen.

Algenglück Regenwald findet vor allem Anwendung bei Frauenproblemen, Diabetes, Galle sowie Prostataproblemen, Blasenproblemen uvm..

Dosierungsempfehlung: 1-4 Kapseln/ Tagesdosis

Algenglück Alpenblick

Algenglück Alpenblick enthält Meersalat sowie Enzian, Blütenpollen und Propolis, welche mit Kokosöl, Pfefferextrakt, Algenextrakt sowie den Vitaminen D₃ und K₂ veredelt wurden. Algenglück Alpenblick vereint die nährenden und entgiftenden Eigenschaften von Algen, Enzian, Propolis und Blütenpollen.

Algenglück Blütenpollen findet vor allem Anwendung bei Schwäche, Strahlungssensibilität uvm..

Dosierungsempfehlung: 1-6 Kapseln/ Tagesdosis

Algenglück Meeresbad

Das Algenglück Meeresbad enthält ursprüngliches, naturbelassenes Meersalz aus rosa Sole (mit Beta Carotin aus Mikroalgen), Natron, Sango Koralle und U. lactuca. Es wirkt entspannend, entkrampfend und entgiftend (abends anwenden).

Empfehlung: 1-2 Woche ein Vollbad

Zirbeldrüsenreinigung

Morgens 1 TL Algenglück Meeresmineralien mind. 30 Minuten vor dem Essen oder dem Algenglück einnehmen. Dann 1 Kapsel Pur Plus und 2 Kapseln Kurkuma mit einem Heißgetränk nehmen. Abends 1 Kapsel Pur Plus und 2 Kapseln Chaga mit einem Heißgetränk einnehmen.

Die richtige Dosierung ist so unterschiedlich wie der Mensch selbst. Da es in seltenen Fällen zu Entgiftungserscheinungen (Kopfschmerz, Schwindel etc.) kommen kann bitte die Kapseln zunächst einschleichen.