

Nahrungsergänzungsmittel mit Grünem Hafer Extrakt (Cognitaven®)

zur Unterstützung der mentalen Leistungsfähigkeit

Für Schwangere und Stillende geeignet

 Laktosefrei  Glutenfrei  Vegan  30 Kapseln  16+



**Supabrain® ist eine Kombination aus Grünem Hafer Extrakt (Cognitaven®), den Mineralstoffen Magnesium und Zink, einem vollständigen B-Vitamine-Komplex sowie den Spurenelementen Mangan und Kupfer.**

Der heutige, schnelle Alltag fordert zunehmend unsere geistige Wahrnehmungs- und Entschlusskraft sowie Aufmerksamkeit und zwingt uns, rasch und geistesgegenwärtig auf eine Vielzahl von Anforderungen zu reagieren. Daher ist es sehr wichtig, sich gleichzeitig auf (Multitasking-) Aufgaben konzentrieren zu können, um diese effizient zu meistern. Darüber hinaus wird unser Arbeitsleben immer anspruchsvoller und die kognitive Leistung Berufstätiger ist permanent herausgefordert. Betroffen sind jedoch nicht nur Erwerbstätige. Auch Schüler und Studenten in Prüfungssituationen oder Eltern, die sich tagtäglich im Spannungsfeld zwischen Elternschaft und Beruf bewegen, stehen unter enormem Druck und Stress.

### Grüner Hafer:

Cognitaven® ist ein Grüner Hafer Extrakt zur natürlichen Unterstützung der mentalen Leistungsfähigkeit.

Herba Avenae sativae oder allgemein bekannt als grünes Haferkraut ist seit Jahrzehnten für seine förderliche Wirkung bei milden Stresssymptomen bekannt. In einer klinischen Studie\* konnte gezeigt werden, dass sich nach täglicher 4-wöchiger Einnahme von mind. 430 mg Grünem Hafer Extrakt (Cognitaven®) nicht nur das Arbeitsgedächtnis signifikant, sondern auch deutlich die Multitasking-Fähigkeit der Probanden verbesserte. Außerdem belegen die Daten, dass Cognitaven® einen positiven Einfluss auf Stress bzw. körperliche Stressreaktionen hat.

\* Kennedy DO, Bonnlander B, Lang SC, et al. Acute and Chronic Effects of Green Oat (Avena sativa) Extract on Cognitive Function and Mood during a Laboratory Stressor in Healthy Adults: A Randomised, Double-Blind, Placebo-Controlled Study in Healthy Humans. *Nutrients*. 2020;12(6):1598

Darüber hinaus weisen die Ergebnisse der Studie auf einen Einfluss von Cognitaven® im Spannungsbereich hin. Somit zielt Cognitaven® als natürlicher Bestandteil von Supabrain® darauf ab, die kognitive Leistung und die geistige Fitness zu verbessern und Stress leichter zu bewältigen.

### Magnesium:

Der Mineralstoff Magnesium übernimmt viele wichtige Funktionen im menschlichen Körper und kann damit die körperliche Leistungsfähigkeit und das allgemeine Wohlbefinden beeinflussen. Da Magnesium für den Körper essentiell und bei der Bildung von über 300 körpereigenen Enzymen beteiligt ist, muss es über die Nahrung zugeführt werden. Verschiedenste Gewebetypen und Organe funktionieren nur normal, wenn ihnen ausreichende Mengen des Mineralstoffs zur Verfügung gestellt werden. Das gilt auch für das Gehirn.

### Die Funktionen von Magnesium im Körper:

Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung, einer normalen Funktion des Nervensystems, einem normalen Energiestoffwechsel sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei.

### Zink:

Zink ist ein essentielles Spurenelement für den menschlichen Körper. Als Bestandteil wichtiger Gehirnenzyme ist es u.a. für die Bildung und den Stoffwechsel der Neurotransmitter (Nervenbotenstoffe) mitverantwortlich. So sorgt Zink dafür, dass der Körper Reflexe oder Befehle des Gehirns richtig verarbeitet.

### Die Funktionen von Zink im Körper:

Zink trägt zu einer normalen kognitiven Funktion und die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen, bei.

### B-Vitamine:

Zur Gruppe der B-Vitamine werden insgesamt acht Vitamine gezählt, welche – obwohl es sich um unterschiedliche Substanzen handelt – meist zu einem Vitamin-B-Komplex zusammengefasst werden. Das ist auch durchaus sinnvoll, wirken doch diese einzelnen B-Vitamine sehr eng zusammen und sind so bei vielen Stoffwechselvorgängen als Coenzyme von hoher Bedeutung. Das bedeutet, dass einige B-Vitamine erst durch andere B-Vitamine aktiviert werden, um so ihre Wirkung auf den Organismus vollständig entfalten zu können.

Hier ist eine ausgewogene Versorgung mit einem vollständigen Vitamin-B-Komplex insofern vorteilhaft, da ein Mangel eines B-Vitamins zu einem Mangel eines weiteren B-Vitamins führen kann.

Aus diesem Grund wurde bei dem in Supabrain® enthaltenen Vitamin-B-Komplex ein besonderes Augenmerk auf diese Vitamin-B-Kombination gelegt.

### Die Funktionen der Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>8</sub>, Folsäure (B<sub>9</sub>) und B<sub>12</sub> sowie Biotin (B<sub>7</sub>) im Körper:

- Die Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub> und B<sub>12</sub> sowie Biotin tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.
- Die Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>6</sub>, Folsäure und B<sub>12</sub> sowie Biotin tragen zur normalen psychischen Funktion bei.
- Die Vitamine B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub>, B<sub>6</sub>, Folsäure und B<sub>12</sub> tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- Die Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>3</sub> und B<sub>5</sub> tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- Vitamin B<sub>3</sub> trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei.
- Vitamin B<sub>12</sub> trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

# Supabrain® Kapseln

## Kupfer:

Das essentielle Spurenelement Kupfer ist Bestandteil von zahlreichen Enzymen und an vielen unterschiedlichen Stoffwechselabläufen beteiligt. Kupfer ist zudem Teil des Energiestoffwechsels in den Mitochondrien (unseren Zellkraftwerken) und bei der Entgiftung von freien Radikalen involviert. Ein Kupfermangel führt deshalb zu Leistungsminderungen.

## Die Funktionen von Kupfer im Körper:

Kupfer trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, zu einer normalen Funktion des Nervensystems sowie die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen, bei.

## Mangan:

Mangan ist ein essentielles Spurenelement und muss daher dem Körper über die Nahrung zugeführt werden. Mangan ist vor allem Bestandteil vieler Enzyme und unterstützt die Energiebereitstellung der Zelle.

## Die Funktionen von Mangan im Körper:

Mangan trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Aktive Wirkstoffe	Pro Kapsel	% NRV*
Grüner Hafer Extrakt**	430 mg	n. a.
Magnesium	150 mg	40 %
Zink	10 mg	100 %
Mangan	2 mg	100 %
Kupfer	1000 µg	100 %
Vitamin B <sub>1</sub>	4,4 mg	400 %
Vitamin B <sub>2</sub>	5,6 mg	400 %
Vitamin B <sub>3</sub>	16 mg	100 %
Vitamin B <sub>5</sub>	9 mg	150 %
Vitamin B <sub>6</sub>	5,6 mg	400 %
Biotin	150 µg	300 %
Folsäure (Vitamin B <sub>9</sub> )	600 µg	300 %
Vitamin B <sub>12</sub>	25 µg	1000 %

\*Nährstoffbezugswert gemäß Lebensmittelinformations-VO

\*\*Cognitaven®

cognitaven® is a registered trademark of Anklam Extrakt GmbH, Germany

## Verzehrempfehlung:

Erwachsene nehmen unabhängig von den Mahlzeiten täglich eine Supabrain® Kapsel unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit ein. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, die zusammen mit einer gesunden Lebensweise von Bedeutung ist.

Auf die weitere Einnahme zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

Außer Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Trocken und nicht über 25 °C lagern.

## Zutaten:

Grüner Hafer Extrakt\*, Magnesiumoxid, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose\*\*, Nicotinamid, Zinkbisglycinat, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin, Thiaminmononitrat, Manganguconat, Kupfercitrat, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Cyanocobalamin, Farbstoff: Kupferkomplexe der Chlorophylle und Chlorophylline.

\*Cognitaven®

\*\*Pflanzliche Kapselhülle

Supabrain® Kapseln sind ein Nahrungsergänzungsmittel

Nettofüllmenge:  $\text{€ } 27\text{g} = 30 \text{ Supabrain® Kapseln}$   
Mit grünem Haferextrakt aus der EU

## Hersteller:


Richter Pharma AG  
Feldgasse 19, 4600 Wels, Austria

## Vertrieb:

ERWO Pharma GmbH  
Europaring F08/101, 2345 Brunn am Gebirge, Austria

[www.supabrain.at](http://www.supabrain.at)

 SupamunOesterreich

 SupamunOesterreich

[www.supabrain.at](http://www.supabrain.at)



richterpharma  
Versorgt mit Vorsprung