

## Mixen Sie Ihren persönlichen **proWun+d Wundheilungs-Drink:**

### Fruchtdrink:

150 ml Fruchtsaft (Orange, Mango, Johannisbeere, Multivitaminsaft...)  
100 ml Wasser  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Bananenshake/Fruchtshake im Mixer:

250 ml Buttermilch, oder Joghurt, Milch...  
1 Banane (Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren...)  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Gemüsedrink:

150 ml Gemüsesaft (Karotte, Rote Rübe, Gemüsecocktail...)  
100 ml Wasser  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Creziger Kaffee:

250 ml Milch nach Wahl  
1 kleiner Löffel Lösskaffee  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Aromatisierter Kakao:

250 ml Milch nach Wahl  
1 kleiner Löffel Kakao  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Topfjoghurtcreme:

100 g Topfen  
1 kleiner Becher (ca. 150 g) Joghurt oder Kefir nach Wahl  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d

### Vanilleeis:

150 g Mascarpone oder (griechisches Joghurt)  
1 Kugel Vanilleeis  
2 gestrichene Messlöffel proWun+d



Vertreten durch:

Fläche für Klebeetikette des proWun+d Partners

[www.prowund.eu](http://www.prowund.eu)

## proWun+d - Zubereitung und Tipps:

### Zubereitung:

35 g **proWun+d** (2 gestrichene Messlöffel oder 1 Beutel) mit 250 ml Milch (Vollmilch, Magermilch, Sojamilch, Hafermilch, Reismilch...), Wasser oder diverse Frucht- oder Gemüsesäfte im Shaker, Mixer oder mit Schneebesen verrühren.

Diabetiker: 0,6 BE pro Portion

35 g (2 gestrichene Messlöffel oder 1 Beutel) **proWun+d** in 250 ml Wasser  
Je nach Rezept können Sie **proWun+d** geschmacklich und kalorisch flexibel zubereiten.

### Kalorienbewusst:

127 kcal pro Portion. 35 g **proWun+d** (2 gestrichene Messlöffel oder 1 Beutel) in 250 ml Wasser.

### Hochkalorisch:

in Vollmilch, Grießbrei, Haferbrei, Mixen mit Vollmilch und Bananen, Topfen, Pudding...

### Tipp:

Köstlicher Genuss auch gemixt in Orangen-, Mango-, Multivitaminsaft, Karotten- und Roter Rübensaft, Milch mit Lösskaffee, Kakao, Trinkjoghurt, Eiscreme oder in warme Kürbis- und Karottensuppen und vieles mehr...

**proWun+d** schmeckt nach Orange Joghurt

*Bitte nicht kochend erhitzen, keine frisch gepressten Orangen oder Zitronensäfte verwenden!*

### Vorträge von Dr. Heinz Gyaky

Ernährungsmediziner



### Wundheilung von „innen“ – die Rolle der Ernährung und Immunstärkung

Stille Entzündungen, Auswirkungen auf die Wundheilung und neue Therapien



### Die Immunologie der Wundheilung - Grundlagen der inneren Wundheilung

Grundlagen der inneren Wundheilung - Substitution und Ernährung

Rezeptvorschlag:



## Das **proWun+d** - Konzept:

### Auffüllphase:

Verlorenes Eiweiß und die Speicher für Vitamine, Antioxidantien und Spurenelemente werden wieder aufgefüllt.

### Dosierungsempfehlung:

2 x tägl. 35 g (2 gestrichene Messlöffel) für 6 Wochen.

### Erhaltungsphase:

Damit sich die gefüllten Speicher nicht wieder entleeren, wird die Einnahme von 1 x tägl. **proWun+d** empfohlen.

## Zutatenliste:

\* Portionsgröße 285 g  
\*\* % NRV = Prozentsatz des Nährstoffbezugwertes  
\*\*\* Kein NRV definiert

Nährwerte:	Information nutritionnelle:	Valore nutritivo:	Pro 100 g* Par 100 g* Per 100 g*	% NRV**	Pro Portion* Par dose* Per porzione*	% NRV**
Energie	Énergie	Energia	1529 kJ		535 kJ	
Energie	Énergie	Energia	362 kcal		127 kcal	
Fett	Graisse	Grasso	1,1 g		0,4 g	
davon gesättigte Fettsäuren	acides gras saturés	acidi grassi saturi	0,6 g		0,2 g	
Kohlenhydrate	Glucides	Carboidrati	27 g		9,6 g	
davon Zucker	lo zucchero	dont sucre	23 g		8,1 g	
Ballaststoffe	Fibres alimentaires	Fibre	22 g		7,9 g	
Eiweiß	Protéines	Proteina	49 g		17 g	
Salz	Sel	Proteina	0,1 g		0,03 g	
<b>weitere Nährwerte</b>	<b>autres nutritionnelle</b>	<b>altri nutritivo</b>				
L-Arginin	L-arginine	L-arginina	74 g	-***	2,5 g	-***
L-Glutamin	L-glutamine	L-glutammina	5,4 g	-***	1,9 g	-***
Vitamin A	Vitamine A	Vitamina A	979 µg	122	344 µg	43
Vitamin D	Vitamine D	Vitamina D	57 µg	1143	20 µg	400
Vitamin E	Vitamine E	Vitamina E	36 mg	298	13 mg	104
Vitamin C	Vitamine C	Vitamina C	343 mg	428	120 mg	150
Thiamin	Thiamine	Tiamina	1,4 mg	124	0,5 mg	43
Riboflavin	Riboflavine	Riboflavina	4,0 mg	286	1,4 mg	100
Niacin	Niacine	Niacina	23 mg	141	7,9 mg	49
Vitamin B6	Vitamine B6	Vitamina B6	2,0 mg	143	0,7 mg	50
Folsäure	Acide folique	Acido folico	265 µg	134	93 µg	47
Vitamin B12	Vitamine B12	Vitamina B12	10 µg	414	3,6 µg	145
Biotin	Biotine	Biotina	72 µg	144	25 µg	50
Pantothensäure	Acide pantothénique	Acido pantotenico	8,4 mg	141	3,0 mg	50
Magnesium	Magnésium	Magnesio	282 mg	74	99 mg	26
Selen	Sélénium	Selenio	91 µg	166	32 µg	57
Zink	Zinc	Zinco	14 mg	138	4,8 mg	48

**proWun+d**  
FUNCTIONAL NUTRITION

**Nahrungsergänzungsmittel mit Ballaststoffen**

**Ballaststoffreich**

**Laktosearm**

**Orange-Joghurt Geschmack**

Dose 700 g  
Sachets 350 g

## Warum ist **proWun+d** so wichtig:

Eine ausgewogene Ernährung ist die Basis für unsere Gesundheit. Jeder Mensch braucht eine ausreichende Versorgung mit Eiweiß, Kohlenhydraten, Vitaminen, Spurenelementen und Flüssigkeit. In besonderen Situationen ist der Bedarf an Nährstoffen erhöht und kann nicht mehr ausreichend über die Nahrung aufgenommen werden. Für eine schnellere Wundheilung spielt neben dem ärztlichen Therapiekonzept wie z. B.: die Auswahl des optimalen Verbandes das richtige „Essen“ eine wesentliche Rolle. **Proteine sind unser Ersatzteillager**, aus dem der Körper Schäden und Wunden „repariert“. Die Nährstoffe sind vor allem bei länger bestehenden Wunden schnell aufgebraucht bzw. steigt der Bedarf an Proteinen im Alter.

**L-Arginin** ist unter den Aminosäuren besonders, denn es enthält mit vier Stickstoffgruppen mehr Stickstoff (N) als alle anderen Aminosäuren. Nur aus Arginin kann der Körper das **gefäßaktivierende** Molekül NO (Stickoxid) bilden. Stickoxid steuert die Weitung der Gefäße und verbessert somit die Kapillardurchblutung. L-Arginin reguliert den Blutzuckerspiegel und den Blutdruck. L-Arginin verstärkt die **Phagozytose** und ist wichtig für die **Bildung von kollagenen Fasern**.

Um die Aufnahme zu verbessern empfiehlt es sich in Kombination mit anderen Aminosäuren wie z. B.: **L-Glutamin**. Ein erhöhter Bedarf an L-Glutamin ist besonders nach Operationen oder bei Verletzungen/Verbrennungen nachweisbar. Auch bestehende Infektionen können zu einem rapiden Anstieg des L-Glutamin-Bedarfs führen. L-Glutamin reguliert den Säure Basen Haushalt und wirkt damit positiv auf Stoffwechselprozesse.

Krankheit und Stress bilden freie Radikale, die auf lange Sicht im Körper viele Probleme machen können. Freie Radikale werden von Antioxidantien abgefangen. **Vitamin C** ist einer der besten Radikalfänger, Co-Faktor und wirkt entzündungshemmend. Vitamin C unterstützt die Kollagensynthese und somit die Ausbildung eines stabilen Bindegewebes. Mit **Niacin** und **Vitamin B6** steuert Vitamin C die Produktion von L-Carnitin, das für die Fettverbrennung in der Muskulatur benötigt wird. Weiterhin begünstigt es die Eisenresorption im Dünndarm.

Die Vitamine **A, B2** (Riboflavin), **Biotin** und **Niacin** tragen zur Erhaltung normaler Haut bei.

Bei der Heilung und Neubildung von Zellgewebe sowie bei der Stabilisierung vorhandener Zellen sind **Zink** und **Selen** bedeutend. Zink ermöglicht als Co-Faktor der Matrixmetalloproteinase die Gewebsneubildung und fördert den Wundverschluss.

Vitamin-D-Supplementierung: Ab dem Alter von etwa 65 Jahren nimmt die Produktion von **Vitamin D** in der Haut ab. Studien zeigen, dass erwünschte Effekte zur Prävention von Stürzen, Frakturen und vorzeitigem Tod erzielt werden können.

**proWun+darm**

**Nährstoff-Booster**

**PREMIUM Qualität**



**L-Arginin** (Icon: Apple)

**Vitamin C** (Icon: Apple)

**Vitamin D** (Icon: Sun)

**Vitamin B12** (Icon: Pill)

**L-Glutamin** (Icon: Chemical structure)

**Zink** (Icon: Atom)

**Protein** (Icon: Chain)

**Haferfaser** (Icon: Oats)

**proWun+darm**

**Impact**

**PREMIUM Qualität**



**Gewebe** (Icon: Lightning bolt)

**Gefäße** (Icon: Heart)

**Gesunde Darmflora** (Icon: Bacteria)

**Ballaststoffreich** (Icon: Plant)

**Starkes Immunsystem** (Icon: Shield)

## Welche Funktionen hat Vitamin D?

- Darm:** Aufnahme von Kalzium und Phosphat aus der Nahrung
- Knochen und Zähne:** Einbau von Kalzium
- Muskulatur:** Versorgung mit Kalzium
- Immunsystem:** Differenzierung und Reifung von Abwehrzellen
- Hormonsystem:** Sekretion von Insulin, Schilddrüsenhormone, Parathormon

## Ballaststoffe:

Die enthaltene **Haferfaser** ist ein wertvoller Beitrag zur prebiotischen Ernährung und gehört zu der Gruppe der unverdaulichen Ballaststoffe.

Sie gelangen mit **proWun+d** in den unteren **Darm**, wo sie den positiven Bakterien unserer Darmflora als Nahrung dienen und damit den Darm stärken. Das bedeutet, prebiotische Nahrungsmittel sorgen für eine optimale Ernährung der schon vorhandenen Flora.

Getestet: Studien belegen, dass Getreideballaststoffe den Blutzuckerspiegel wirksam senken können und damit ein probates Mittel gegen Herz- und Gefäßerkrankungen und Diabetes-Typ-2 sind.

Die Haferfasergruppe war eindeutig Spitzenreiter hinsichtlich der Insulinsensitivität.

*Die ProFi-Met-Studie (Protein, Fiber, and Metabolic Syndrome) von A.F.H. Pfeiffer und C. Honig. (Langzeitstudie, 2011 im American Journal of Clinical Nutrition)*

Auch die Kombination aus Haferfaser und Protein verbessert entscheidend die Insulinsensitivität, da die Energieaufnahme aus dem Darm blockiert und der Stoffwechsel aktiviert wird.

## proWun+d - Zutaten:

Milcheiweiß, Dextrin, Fruktose, Molkeneiweiß, L-Arginin-Hydrochlorid, L-Glutamin, Zucker, Haferfaser, Verdickungsmittel: Pektin, Guarkernmehl, Magnesiumcarbonat, Aroma, L-Ascorbinsäure, Säuerungsmittel: Citronensäure, Farbstoff: Riboflavin, Carotin, natürliches Aroma, Rote Bete Saftpulver, Süßungsmittel: Acesulfam-K, D-alpha-Tocopherylacetat, Trennmittel: Siliciumdioxid, Nicotinamid, Zinkoxid, Calcium-D-Pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Cholecalciferol, D-Biotin, Cyanocobalamin.

## proWun+d ist ein ballaststoffreiches Nahrungsergänzungsmittel.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. Lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.

Erhältlich in folgenden Packungsgrößen:

1 Dose proWun+d = 700 g = 20 Portionen

10 Beutel in der Faltschachtel = 350 g = 10 Portionen

**proWun+darm**

**Features**

**PREMIUM Qualität**



**Ballaststoffreich** (Icon: Wheat)

**Laktosearm** (Icon: Bottle)

**Glutenfrei** (Icon: Wheat)

**Entwickelt von Ernährungsmedizinern in Österreich** (Icon: Austria flag)

**Erzeugt in Deutschland** (Icon: Germany flag)

**Für Diabetiker geeignet** (Icon: Medical cross)

**Pulver in der 700 g Dose, oder 350 g in 10 Einzelbeutel**

## Das geniale Duon **proWun+d** und **proByom** kann die Wundheilung positiv beeinflussen

**proByom Pulver**  
20 Portionen à 3 g = 60 g pro Packung

