

Ist Ihr Kopf
auch ausgelaugt
und müde?

Acutil®

**Ein heller Moment
für die
geistige Fitness**



Angelini
Pharma

Inhalt



Erhalten Sie Ihre Gehirnfunktion 3

Der kleine aber feine Unterschied:
Ungesättigte und gesättigte Fettsäuren 4

Was sind Omega-3-Fettsäuren? 5

Wofür benötigt man DHA und EPA? 5

Die Vorteile auf einen Blick:
Was zeichnet Acutil® aus? 6

Profitieren Sie von einer ausgewogenen
Nährstoffaufnahme! 7

Für wen Acutil® eine gute Wahl ist. 8

Wie ist Acutil® einzunehmen? 9

Wer rastet, der rostet!
Denksport-Übungen fürs Gehirn 10

Viel für geistige und körperliche Leistungsfähigkeit! . . 11

Erhalten Sie Ihre
Gehirnfunktion



Ob in der Berufsausbildung, im Job oder ganz einfach im Alltag: Die Anforderungen, die an uns gestellt werden, werden immer höher.

Wenn der Kopf ausgelaugt und müde ist, braucht er Nahrung um wieder seine volle Leistung erbringen zu können. Und genauso vielfältig wie die Aufgaben unseres Gehirns sind, sollte auch seine Ernährung sein.

Dabei haben sich **Omega-3-Fettsäuren, Vitamin B₁₂, Folsäure, Vitamin E** und **Ginkgo Biloba** bewährt. Phosphatidylserin wiederum ist ein wertvoller Bestandteil unserer Nervenzellen. Wichtig ist, dass diese einzelnen Komponenten gut aufeinander abgestimmt sind. Das Nahrungsergänzungsmittel Acutil® enthält alle oben genannten Nährstoffe. Diese sind eine gute Grundlage für die geistige Frische und Belastbarkeit.

Der kleine aber feine Unterschied: Ungesättigte und gesättigte Fettsäuren



Man unterscheidet zwischen **gesättigten** und **ungesättigten** Fettsäuren.

Gesättigte Fettsäuren sind vor allem in tierischen Produkten wie Butter, Schmalz, Fleisch und Milch. **Ungesättigte Fettsäuren** sind in Fischöl, Nüssen und Oliven enthalten.

Wir nehmen oftmals zu viele gesättigte Fettsäuren mit unserer Nahrung auf. Wenn das Verhältnis von gesättigten zu ungesättigten Fettsäuren unausgeglichen ist, kann es zu gesundheitlichen Beschwerden und Entzündungen kommen.¹

Was sind Omega-3-Fettsäuren?



Omega-3-Fettsäuren **sind mehrfach ungesättigte, essentielle Fettsäuren**, welche der Körper nur in geringem Maß selbst produzieren kann und die daher aus der Nahrung, oder anderen externen Quellen zugeführt werden müssen.¹

EPA und **DHA** gehören zu den wichtigsten Omega-3-Fettsäuren und übernehmen wichtige Funktionen im Körper.

Wofür benötigt man DHA und EPA?

Nicht jedes Fett ist gleich – die Qualität, die Zusammensetzung und das Verhältnis von **DHA** zu **EPA** machen den entscheidenden Unterschied aus.¹

DHA ist ein Bestandteil der Zellmembran und für die Durchlässigkeit der Zellmembran mitverantwortlich.²

DHA ist für die Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion mitverantwortlich.

EPA: Eicosapentaensäure; DHA: Docosahexaensäure

Die Vorteile auf einen Blick: Was zeichnet Acutil® aus?



Die Versorgung des Körpers mit Nährstoffen ist essentiell für die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit. Die einzelnen Inhaltsstoffe sind wissenschaftlich untersucht:

Eine Kapsel **Acutil®** enthält eine ausreichende Menge (250mg) DHA. Diese Menge trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei.

Vitamin B₁₂ unterstützt den Körper beim Stoffwechsel von Homocystein.

Folsäure unterstützt den Körper bei der Aufrechterhaltung normaler psychischer Funktionen und wirkt Müdigkeit entgegen.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, die zusammen mit einer gesunden Lebensweise wichtig ist.



Ginkgo Biloba Extrakte fördern die Durchblutung des Gehirns.³ **Vitamin E** trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativen Stress zu schützen. **Phosphatidylserin** ist ein wichtiger Bestandteil in den Membranen von Nervenzellen.⁴

Profitieren Sie von einer ausgewogenen Nährstoffaufnahme!



Für wen Acutil® eine gute Wahl ist



Frauen und Männer, die **unter Stress stehen** und Herausforderungen im Job und Alltag meistern möchten. Folsäure und Vitamin B₁₂ wirken der Müdigkeit entgegen.

Frauen und Männer, die aktiv etwas für ihre **geistige Fitness** tun wollen.

Personen, die ihren Körper mit **wichtigen Nährstoffen** versorgen wollen.

Ihre Vorteile mit Acutil®:

-  **6 wertvolle Inhaltsstoffe in 1 Kapsel kombiniert**
-  **einfache Einnahme**
-  **60-Stück-Vorteilspackung**
-  **kann über längeren Zeitraum angewendet werden**

Wie ist Acutil® einzunehmen?



Aufgrund des Gehalts an Folsäure sollte Acutil® nicht bei Kindern unter 3 Jahren angewendet werden.

Kinder von 4 bis 10 Jahren: 1 Kapsel täglich.
Kinder/Jugendliche über 10 Jahre und Erwachsene:
1–2 Kapseln täglich.

Die Anwendung ist auf Kinder beschränkt, die in der Lage sind, die Kapsel sicher zu schlucken, möglicherweise unter Aufsicht eines Erwachsenen. Acutil® ist für eine Langzeitanwendung geeignet.

Konsultieren Sie vor der Einnahme von Acutil® einen Arzt oder Apotheker,

- wenn Sie Medikamente einnehmen oder vor einer geplanten Operation stehen
- während der Schwangerschaft und Stillzeit
- wenn Sie Gerinnungsprobleme haben, Epileptiker sind oder an Diabetes erkrankt sind.

Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden! Außer Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren!

Wer rastet, der rostet!
Denksport-Übungen
fürs Gehirn



Suchen Sie zusätzlich zur Nahrungsergänzung nach geeigneten Maßnahmen, um Ihre geistige Fitness zu verbessern. Kognitives Training, wie z.B. **Gehirnjogging** hilft.

So können Sie Ihr Gedächtnis fit halten, Ihre Konzentration steigern und Ihre Widerstandsfähigkeit gegenüber Stress und Reizüberflutung verbessern.



1. Swanson et al. 2012. Omega-3 Fatty Acids EPA and DHA: Health Benefits Throughout Life. American Society for Nutrition. Adv. Nutr, 3: 1–7.
2. Husted, Bouzinova. 2016. The importance of n-6/n-3 fatty acids ratio in the major depressive disorder. Medicina, 52 : 139–147.
3. Gestuvo, Hung. 2012. Common dietary supplements for cognitive health. Aging health. 8 (1): 89–97.
4. Kim, Huang, Specter. 2014. Phosphatidylserine in the Brain: Metabolism and Function. Prog Lipid Res. 0: 1–18.

Viel für geistige und
körperliche Leistungsfähigkeit!



Die Versorgung des Körpers mit Nährstoffen ist wichtig für die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit. Die einzelnen Inhaltsstoffe von Acutil® sind wissenschaftlich untersucht.

Acutil® Nahrungsergänzungsmittel	Inhalt pro Kapsel		Inhalt pro 2 Kapseln	
Fischöl	500 mg		1.000 mg	
davon Omega-3-Fettsäuren	350 mg		700 mg	
davon: Docosahexaensäure (DHA)	250 mg		500 mg	
Eicosapentaensäure (EPA)	40 mg		80 mg	
Ginkgo Biloba Blätterextrakt	60 mg		120 mg	
Phosphatidylserin	15 mg		30 mg	
Vitamin E (d-α-Tocopherol)	5 mg	42%*)	10 mg	84%*)
Folsäure	250 µg	125%*)	500 µg	250%*)
Vitamin B ₁₂	5 µg	200%*)	10 µg	400%*)

*) NRV: Referenzmenge nach EU-Lebensmittelinformationsverordnung

