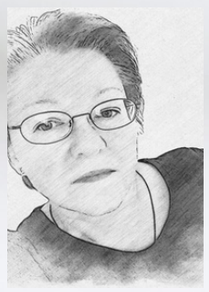
DAS BLAUGRÜNE WUNDER



Copyright @ Emilia Leiser

IMPRESSUM

© 2022 GESUNDHEITSBERATUNG, Emilia Leiser
info@smart-biohacking.ch
www.smart-biohacking.ch

Dieses E-Book ist ein Infoprodukt.
Das E-Book ist urheberrechtlich geschützt.
Sie dürfen das E-Book für den persönlichen Gebrauch benutzen. Das Urheberrecht und Copyright aller Inhalte – Texte und Fotos - liegt, sofern nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Emilia Leiser.
Ein Verkauf oder die kostenlose Weitergabe des E-Books im Ganzen oder in Teilen, der mit diesem E-Book ausgelieferten Inhalte, ist grundsätzlich nicht gestattet. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Die Autorin hat bei der Erstellung dieses E-Books nach bestem Wissen und Gewissen gehandelt. Trotzdem übernimmt sie keinerlei Gewährleistung bezüglich Vollständigkeit und Genauigkeit, der in diesem E-Book vorgestellten Informationen.

Jeder Leser trägt selbst die Verantwortung für die Nutzung und Umsetzung, der in diesem E-Book vorgestellten Informationen. Eine Haftung für Fehler und daraus resultierende Folgen ist ausgeschlossen.

Gleiches gilt für Internetangebote, auf die eventuell per Link verwiesen wird. Alle in diesem E-Book genannten Firmennamen und Produktbezeichnungen sind gesetzlich geschützte Marken, bzw. Markennamen der jeweiligen Eigentümer.

INHALTSVERZEICHNIS

- Blue-Screen-LED-Effekt ist gefährlich 01
- Superfood Spirulina 03
- Was ist Spirulina? Pflanze oder Tier? 04
- Spirulina Nährstoffe 06
- Spirulina unterstützt Leber und Nieren 07
- Spirulina hilft den Blutdruck zu senken 08
- Spirulina aktiviert die Selbstheilungskräfte und schützt vor Viren 09
- Anti-Adipositas-Effekte 10
- Spirulina reduziert Schwermetalle 11
- Anti-Age Effekt 12
- Typische gesundheitliche Vorteile von Spirulina..... 15
- Spirulina ist reich an Nähr- und Vitalstoffen 16

BLUE-SCREEN-LED-EFFEKT IST GEFÄHRLICH

Was ist BLUE-SCREEN-LED-EFFEKT?

Um weisses Licht zu erzeugen, mischen LED-Lampen blaues und gelbes Licht. Das blaue Licht kann die Hornhaut ungehindert passieren und Entzündungsprozesse in der Makula auslösen. Blaues Licht führt zu Überproduktion eines Eiweissstoffes, der eine Kettenreaktion auslöst, die zum Verlust des Sehvermögens führen kann.

Zudem schädigt blaues Licht die Pigmentzellen der Netzhaut. Der Alterungsprozess der Sehleistung wird durch LED's um ein Mehrfaches beschleunigt!

Wir können dem aber auch gezielt entgegenwirken.

SPIRULINA IST DAFÜR WAHRSCHEINLICH DIE BESTE LÖSUNG ÜBERHAUPT.

Wie schon erwähnt , beeinträchtigt LED-Licht die Sehleistung. Viele Forschungsresultate zeigen heute die besonders negative Wirkung von LED auf die Netzhaut und Makula auf. **Beta-Carotin** kann hier helfen.

Beta-Carotin ist eines der wichtigsten Antioxidantien für Augen, Haut und Abwehrkräfte.
Es gehört zur Gruppe der fettlöslichen Antioxidantien, den sogenannten Carotinoiden, welche als Nährstoffe für die helle orange und gelbe Färbung von Kürbissen, Karotten und Süsskartoffeln verantwortlich sind.
Beta-Carotin ist eine Vorstufe von Vitamin A. [1]

Wirkstoff *Beta-Carotin* in Spirulina:

- das Antioxidans für Augen, Haut und Abwehrkräfte
- Schutz der Hornhaut der Augen und eine Stärkung des Immunsystems

Wirkstoff *Zeaxanthin* in Spirulina:

- schützt die Augen durch die Absorption von schädlichem blauem Licht und durch die Reduktion von Blendeffekten
- antioxidative Eigenschaften
- Eindämmung der oxidativen Degeneration des Gehirngewebes [2]

SUPERFOOD SPIRULINA

Was ist Superfood?

Superfood ist ein Marketingbegriff, der Lebensmittel mit angeblichen Gesundheitsvorteilen beschreibt.

Was ist Spirulina?

Die Ur-Pflanze der Erde zaubert Abhilfe für die moderne Zivilisation.
Spirulina Platensis ist eine blaugrüne Mikroalge die in warmen, basischen Frischgewässern, Flüssen, Seen und Teichen wächst und bereits seit 3,6 Mrd. Jahren auf der Erde existiert.
Von allen Mikroalgen hat sich bislang Spirulina als die Wirkungsvollste erwiesen.

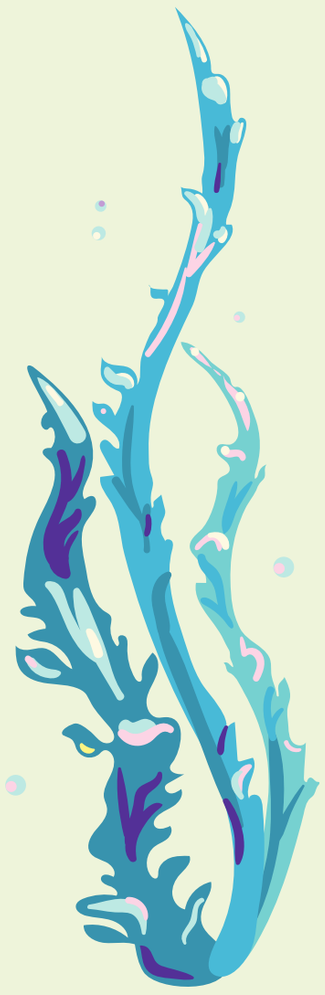
Was sind Algen?

Es sind im Wasser lebende, pflanzenartige Lebewesen, die wie Pflanzen Photosynthese betreiben. Wir finden sie im Meer und im Süsswasser, aber auch in feuchten Gebieten auf Baumstämmen, feuchten Blättern oder Felswänden. Es gibt einzellige als auch mehrzellige Algen.

Die Spirulina Alge wird der Kategorie Superfood zugeordnet. Das ist auch durchaus legitim, denn dieser Superlativ beschreibt Lebensmittel, die ein wahres Füllhorn an Nähr- und Vitalstoffen enthalten, über unzählige Enzyme verfügen, einen hohen Chlorophyllgehalt aufweisen und insgesamt eine basische Wirkung auf den Organismus zeigen.

WAS IST SPIRULINA?

PFLANZE ODER TIER?



Unter den Algen ist Spirulina ungewöhnlich,
da sie ziemlich genau auf dem entwicklungsmässigen **Scheitelpunkt**

zwischen Pflanze und Tier liegt.
Man muss sie etwas höher einstufen als Pflanzen.

Spirulina ist schon weit älter als jedes Urtier, welches die Erde je besiedelt hat. Es wird geschätzt, dass Spirulina seit mehr als 3 Milliarden Jahren auf unserer Erde existiert.

Die Tatsache, dass sie so lange die Evolution überlebt hat, zeigt das **ausserordentlich starke Immunsystem dieser Pflanze**.

Spirulina ist eine einfache einzellige, spiralförmige Form der blaugrünen Mikroalge, die in alkalischen (basischen) Frischgewässern wächst. Ihre tiefe blaugrüne Farbe ist es auch, die dem Wasser eine grünliche Färbung verleiht. Spirulina wird weltweit in angelegten Stauseen kultiviert und geerntet.

Sie bestehet 65 bis 71% aus komplettem Protein und verfügt über alle essentiellen und nicht essentiellen Aminosäuren.

Spirulina ist also unter anderem:

- ein hervorragender Eiweisslieferant
- sie beinhaltet hohe Eisenwerte
- Beta-Carotin
- Mineralien
- Vitamine (z.B. B12, Phycocyanin) [3]

SPIRULINA NÄHRSTOFFE

PHYCOCYANIN - Die Macht von "blau" in blaugrünen Mikroalgen.
Spirulina ist das einzige Vollwertnahrungsmittel, dass dieses blaue Antioxidans enthält.
Weizengras und Chlorella sind grün aufgrund ihres Chlorophyll-gehalts. Ausschliesslich Spirulina verfügt über blaue und grüne Antioxidantien.

EISEN - Gesundes Blut und mehr Energie
Da der Körper Spirulina als Nahrung erkennt, wird das in Spirulina vorhandene Eisen leicht absorbiert. Das macht Spirulina zu einer idealen Eisenquelle. Der Körper ist in der Lage, mehr Eisen aus Spirulina als aus anderen mineralreichen Lebensmitteln wie Rindfleisch zu absorbieren.

SUPEROXID-DISMUTASE (SOD) - Ein weiterer Inhaltstoff ist SOD. Superoxid-Dismutase ist ein Enzym, dass im Körper wie ein Antioxidans und Entzündungshemmer wirkt, indem es freie Radikale neutralisiert und im Zusammenhang mit altersbedingter Degeneration zur Zellreparatur beiträgt. [4]

SPIRULINA UNTERSTÜTZT **LEBER** UND **NIEREN**

Viele unerwünschte Nebenprodukte aus dem Stoffwechsel des gesamten Körpers werden durch Leber und Nieren sicher entsorgt. Die körpereigenen Antioxidantien ermögliche es den Leber- und Nierenzellen ihre Arbeit zu verrichten.

Die vorkommenden freien Radikale bezeichnet man als instabile Sauerstoffmoleküle. Wenn die körpereigenen Antioxidantien der Anzahl der freien Radikale nicht mehr standhalten können, sind Leber und Nieren auch nicht mehr in der Lage, in der erforderlichen Weise zu funktionieren.

Das ist der Punkt an dem Spirulina ins Spiel kommt. Das antioxidative Spektrum an Vitaminen, Mineralien und Phytonährstoffen von Spirulina werden umgehend in die Bereiche des Körpers, die dabei sind, den Kampf gegen die freien Radikale zu verlieren, weitergeleitet. [5]

In mehreren internationalen Studien haben Wissenschaftler die Spirulina-Alge auf ihre antioxidative Wirkung hinsichtlich Leber und Nieren geprüft.

Fazit:

Spirulina kann als alternative Behandlung für Patienten mit nichtalkoholischen Fettlebererkrankungen Erkrankungen angesehen werden. [6]

SPIRULINA HILFT DEN **BLUTDRUCK** ZU SENKEN

In Spirulina enthaltene Pigment Phycocyanin besitzt blutdrucksenkende Wirkung. Japan ist bekannt für den hohen Konsum von Spirulina. Gleichzeitig sind die ältesten lebenden Menschengruppen in Japan zuhause. Für die restliche Welt klingt das sehr vielversprechend.

Blutdrucksenkende Wirkungen von Spirulina in einer offenen Stichprobe der mexikanischen Bevölkerung Der Zweck dieser Studie war es, die Wirkungen von Spirulina zu bewerten, die einer Stichprobe von 36 Probanden (16 Männer und 20 Frauen im Alter zwischen 18 und 65 Jahren) oral (4,5 g / Tag, für 6 Wochen) auf Serumlipide, Glukose, Aminotransferasen und auf den Blutdruck zugeführt wurden.

Die Freiwilligen haben ihre Ernährungsgewohnheiten oder ihren Lebensstil während des gesamten Versuchszeitraums nicht geändert.

Fazit:
Spirulina reduziert auch den systolischen und diastolischen Blutdruck. [7]

SPIRULINA AKTIVIERT DIE **SELBSTHEILUNGSKRÄFTE** UND SCHÜTZT VOR VIREN

Aktivierung des menschlichen angeborenen Immunsystems durch Spirulina:

- Die Nährstoffzusammensetzung der Spirulina sowie die hohe Bioverfügbarkeit der einzelnen Nähr- und Vitalstoffe versorgen den Körper mit allem was er benötigt.
- Eine regelmässige Einnahme bewirkt, dass die Selbstheilungskräfte des Körpers wieder aktiviert werden.

Die in der Spirulina enthaltenen Kalium-Salze verhindern das Eindringen von Viren in die Zelle, da diese beim Andocken an die Zellwand an den Salzen kleben bleiben. In dieser ausweglosen Situation sind sie eine leichte Beute für die Abwehrzellen des Immunsystems. Dies bestätigen verschiedene Studien.

Das Forscherteam konnte beweisen, dass Spirulina die Zellen auf diese Weise gegen

- **Herpes Simplex-Viren**
- **Cytomegalie-Viren**
- **Influenza A-Viren**
- **Mumps-Viren**
- sowie **Masern-Viren** schützt. [8]

ANTI-ADIPOSITAS-EFFEKTE

Der zunehmende Konsum von fettreichen Diäten und "Fast Food" führt zu immer mehr Fettleibigkeit. Es besteht weiterhin Bedarf, sichere und wirksame Mittel zur Behandlung von Fettleibigkeit zu entwickeln.

Spirulina platensis ist eine Blaualge mit potenziellen Anti-Adipositas-Effekten.

In dieser Studie wurden die Anti-Adipositas-Effekte von ganzen Spirulina platensis (WSP), Spirulina platensis Protein (SPP) und Spirulina platensis Proteinhydrolysat (SPPH) bei fettreichen, mit Diät gefütterten Mäusen verglichen.

Insgesamt zeigte SPPH gute Anti-Adipositas-Effekte

- Verringerung von 39,8% des Körpergewichts
- Senkung von 23,8% der Serumglukose
- Abnahme von 20,8% des Gesamtcholesterins [9]

Und noch ein positiver Nebeneffekt sollte nicht unerwähnt bleiben:

Spirulina quillt im Magen stark auf, und beugt dadurch lästigen Heisshunger Attacken vor. So wird das Fasten oder eine Diät (wenn sie es gerade machen) erträglicher.

SPIRULINA REDUZIERT SCHWERMETALLE

Spirulina hilft Schwermetalle wie:

- Quecksilber
- Kadmium
- Arsen
- und Blei

aus dem Organismus auszuscheiden.

Es reinigt das Blut und sorgt für vermehrte Ausscheidung aller Toxine durch den Darm, die Blase und die Haut. Die Nieren werden ebenfalls bei der Entgiftung unterstützt und der blaue Pflanzenfarbstoff Phycocyanin schützt die Nieren von Schäden bei der Entgiftung.

Die faserartigen, weichen Schichten, aus denen die blaugrünen Mikroalgen bestehen, reagieren wie Baumwolle in einer wassergefühlten Schale. Sie saugen das Wasser um sie herum auf. Die Fasern haben auch die Fähigkeit, Giftstoffe zu binden - insbesondere Schwermetalle. (Quecksilber und Blei)

Spirulina funktioniert wie winzige Besen. Sie fegt die Giftstoffe hinaus und entsorgt sie sicher.[10]

ANTI-AGE EFFEKT

SCHADEN DURCH **FREIE RADIKALE** UND ALTERUNG

Jungbrunnen Spirulina

- Bei regelmässigem Alkohol- oder Nikotinkonsum
- übermässiger körperlicher und geistiger Anstrengung
- Krankheiten
- Umweltbelastungen
- und Vitalstoffmangel

steht unser Körper unter Dauerstress, denn freie Radikale haben unter diesen Bedingungen Konjunktur.

Die Folge:
Die freien Radikale greifen unsere Zellstrukturen an und unser Körper wird dann vorzeitig alt und krank. Viele der im Alter auftretenden Krankheiten werden von diesen Radikalen mit verursacht.

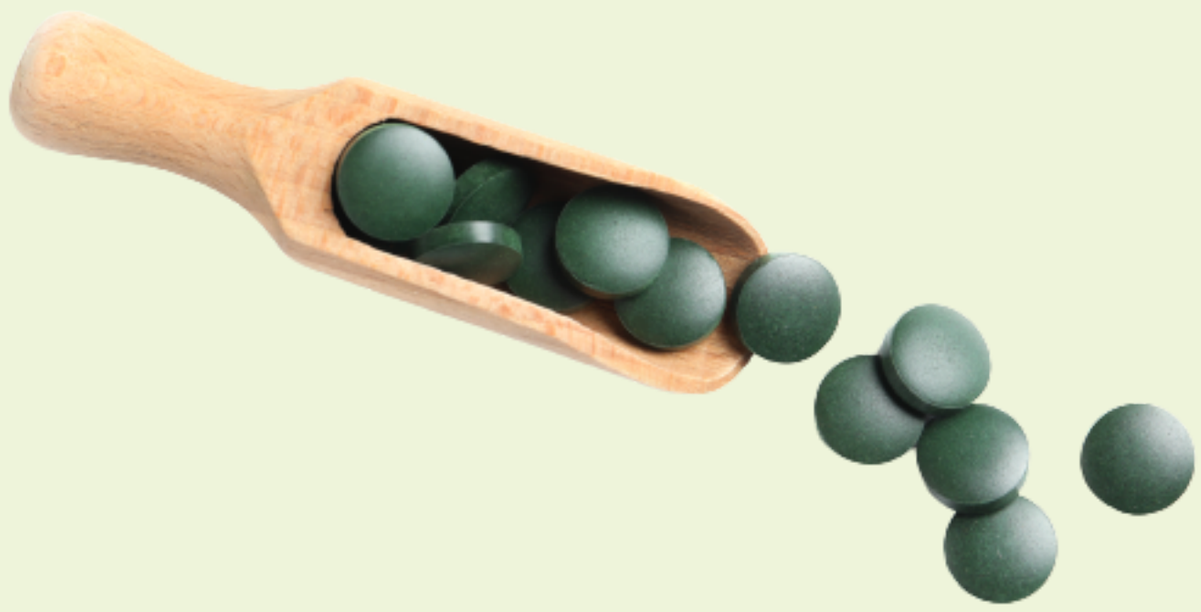
- Vom Herzinfarkt bis zu Alzheimer
- Selbst **Altersflecken** sind ihr Werk

Freie Radikale - reaktionsfreudige, kurzlebige und aggressive chemische Substanzen, die körpereigene Fette, Eiweisse, Zellstrukturen und die Erbsubstanz schädigen. Freie Radikale werden vermehrt durch schädigende äussere Einflüsse:

- **Zigarettenrauch**
- **Gifte**
- **Röntgen**
- **UV-Strahlung**
- sowie infolge von **körperlichem oder geistigem Stress** gebildet.

Mit freien Radikalen im Hautmilieu verhalten sich Hautzellen übermässig aggressiv. Dadurch bilden sich die äusseren Anzeichen der Schädigung, wie **Falten**, **Linien** und **trockene Haut**.

Rötungen, **Ekzeme**, **trockene Haut** und **Falten** - all diese Symptome könnten sehr gut von Radikalenschäden stammen.



Das Hautmilieu ist wichtig, um Bakterien und Viren abzuwehren.
Meistens ist die Haut aus dem Ungleichgewicht geraten und trocken geworden. Mit der Trockenheit kommt der Juckreiz, mit dem Juckreiz die Gefahr vor Infektionen.

Vor allem Menschen in höherem Alter, haben Probleme mit dem Jucken, verursacht durch trockene Haut.

Auch intern beeinträchtigen freie Radikale das Gewebe von Muskeln, Herz, Kreislauf, Gehirn und anderen Organen.
Den wenigsten Menschen ist es bewusst, dass die Schäden durch freie Radikale im Körper viel drastischer sind.

Freie Radikale können auf Zellulärer Ebene, im Körper Schäden verursachen, was den Alterungsprozess beschleunigt.

Die enthaltene blaugrüne Mikroalge „Spirulina“ ist ein richtiges Superfood. Sie enthält viele Antioxidantien, welche freie Radikale binden können. Dadurch kann die Zersetzung von Zellen verhindert werden. Es entsteht ein Anti-Age Effekt.

TYPISCHE GESUNDHEITLICHE VORTEILE VON SPIRULINA

- Gleicht typische zivilisationsbedingte negative Einflüsse aus
- Stärkt die Augen und gleicht LED-Strahlung aus
- Senkt den Blutdruck
- Senkt den Cholesterinspiegel
- Liefert nachhaltige Energie
- Fördert das Immunsystem
- Reduziert Schwermetalle (Quecksilber, Kadmium, Arsen, Blei) und Strahlung
- Hoch wirksames Antioxidans
- Wichtige Eisenquelle
- Versorgt die Gehirnzellen
- Unterstützt Leber und Nieren
- Schützt Herz und Kreislauf [11]

SPIRULINA IST REICH AN NÄHR- UND VITALSTOFFEN

INHALTSSTOFFE:
Spirulina platensis (48%)
Kardamom
Kamillenblüten
Süssholzwurzel
Zimt
Rosenpaprika
Kurkumawurzeln
Ingwer
Pfeffer schwarz
Muskatnuss
Rosmarin
Speisesalz (Halit-Kristallsalz)

Spirulina wird oft auch als Pulver angeboten. Bei Algen sind **Presslinge jedoch wertvoller**, weil sie so nicht im Magen, sondern im Darm aufgespalten werden, wo sie ihre volle Wirkung entfalten.

PRODUKTEDETAILS

Die enthaltene blaugrüne Mikroalge „Spirulina“ ist ein richtiges Superfood. Sie enthält viele Antioxidantien, welche freie Radikale binden können. Dadurch kann die Zersetzung von Zellen verhindert werden. Es entsteht ein Anti-Age Effekt.

Sie besteht zu 65 bis 71% aus komplettem Protein und verfügt über fast alle essentiellen und nicht essentiellen Aminosäuren.

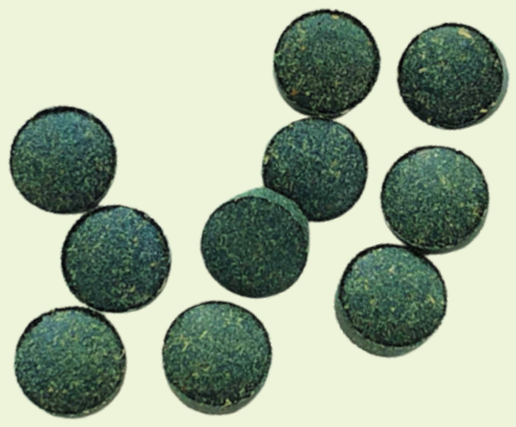
WICHTIGE VITALSTOFFE IN SPIRULINA

Beta Carotin (Provitamin A)
Thiamin (B1)
Riboflavin (B2)
Niacin (B3)
Pantothensäure (B5)
Pyridoxin (B6)
Cobalamin (B12, bioaktiv)
Vitamin E (alpha-Tocopherol)
Kalzium
Magnesium
Kalium
Eisen
Selen
Jod
Zink
Natrium

Die Rezeptur der i-like Spirulina setzt sich aus **Spirulina platensis**, **verschiedenen Kräutern** und **Gewürzen** zusammen.

Die Spirulina Presslinge sind:

- Swiss High Quality
- Bioresonanz aktiviert
- Yin-Yang Balance
- 100% Vegan



VORTEILE VON *BIORESONANZ* SPIRULINA

- **Gut verträglich**

Dank der Kräuterformulatur in Yin und Yang ist die Aktiv-Bioresonanz Spirulina, im Vergleich zu herkömmlichen Spirulina Produkten, gut verträglich.

- **Säure-Basen-Balance in Perfektion!**

Dass die zivilisierte Menschheit immer mehr in die «Säure rutscht», ist eine altbekannte Wahrheit. Ernährung, Stress, kosmetische Produkte und vieles mehr machen sauer. Durch Spirulina wird einer Übersäuerung des Organismus entgegengewirkt. Bei regelmässiger Einnahme wird der Basenstoffwechsel wesentlich aktiviert. Dadurch kann der Übersäuerung gut entgegengewirkt werden. Spirulina ist somit einer der effektivsten Säure-Basen Regulatoren für unseren Organismus überhaupt

- **Spirulina nach der Fünf-Elementen Lehre**

Spirulina ist von Haus aus bitter und gehört somit zum Element Feuer. Viele Menschen vertragen das bittere Pulver nicht gut. Deshalb ist es vorteilhaft, wenn Spirulina mit weiteren Kräutern oder Gewürzen zusammengemischt wird. Die neue Rezeptur von Spirulina mit Kräutern nach der Ernährungsphilosophie der Fünf-Elemente der asiatischen Regenerationsphilosophie hilft hier weiter. Dabei wird nicht nur ein mögliches Unwohlsein eliminiert, auch ist die biologische Verfügbarkeit aller Spirulina-Vitalstoffe nochmals verbessert. [12]

ANWENDUNG:

Für eine erwachsene Person wird empfohlen 8-10 Spirulina Tabletten über den Tag verteilt einzunehmen.

Schlucken Sie die Presslinge im Ganzen und mit reichlich Flüssigkeit (mind. 250 ml), vorzugsweise Wasser.

Bitte nicht zerkleinern oder kauen.

Dr. Alfred Gruber, i-like Metaphysik GmbH - zur Anwendung:

Spirulina ist für alle Altersgruppen geeignet. Die Verzehrmenge von Spirulina ist sehr abhängig von der zugeführten Form. Ich empfehle **Tabletten-Presslinge**. Der Vorteil ist, dass durch die Pressung mehr Spirulina sehr einfach zugeführt werden kann. Dazu verhelfen die Presslinge dem Spirulina besser in den Darm zu gelangen. Offenes Pulver wird von der Magensäure bereits negativ beeinträchtigt. Da sind Presslinge besser geschützt.

Für einen gesunden Menschen, der nur die Algen nimmt, um gesund zu bleiben, dürfte eine Menge von zirka 8-12 Tabletten pro Tag ausreichend sein. Einfaches Spirulina-Pulver muss mind. 3‘000 – 10’000 mg pro Tag eingenommen werden um die vergleichend positive Wirkung zu erzielen wie aus 8-12 Presslingen (Tablette).

Zur Unterstützung der Behandlung von Krankheiten sollte die tägliche Einnahme von 15 auf bis zu 30 Tabletten pro Tag gesteigert werden. Die Einnahme sollte dann mindestens sechs Monate so eingehalten werden.

Da die Tabletten stark aufquellen, nimmt man reichlich Flüssigkeit dazu. Ein viertel Liter Wasser, Saft oder Früchtetee ist die minimale Menge. Eine viertel Stunde vor dem Essen eingenommen, mindern sie den Hunger (wichtig bei dem Wunsch, Gewicht zu reduzieren)

Es spricht zwar nichts dagegen, die Tagesration auf einmal einzunehmen, aber etwas besser ist die geteilte Einnahme dreimal täglich vor den Mahlzeiten. Da Algen nicht gerade die Geschmacksnerven positiv anregen, empfehle ich, die Presslinge unzerkaut mit der Flüssigkeit zu schlucken.

Praxis-Erfahrungen Viele Menschen bemerken schon nach ein paar Tagen eine Besserung des Allgemeinbefindens. Bis eine dauerhafte Verbesserung eintritt, dauert es aber in der Regel ein, zwei oder gar mehrere Monate. Das hängt vor allem vom körperlichen Zustand des einzelnen Menschen ab.

Eine einzige Wechselwirkung gibt es bei der Einnahme von Spirulina. Wer vom Arzt aus **Blutverdünner** einnehmen muss, sollte vorher Rücksprache mit seinem Therapeuten halten. Schliesslich enthält Spirulina das Vitamin K. Obwohl es sich dabei vorwiegend um K2 handelt, soll der Arzt dieses bei der Dosierung des Blutverdünners berücksichtigen. Bei einer Einnahme von täglich 10 Tabletten Spirulina erhält der Organismus etwa 0,03 mg Vitamin K. Die nach WHO empfohlene Tagesdosis Vitamin K ist ca. 0,07 mg. Dies gilt aber für Herzpatienten zum Teil nicht.

Fazit: „Für mich persönlich ist „SPIRULINA“ das Beste natürliche Nahrungsmittel, um die Gesundheit des Menschen zu erhalten oder wieder neu zu erlangen.“

Autor: Dr. Alfred Gruber [13]

QUELLEN

© 2018 i-health Verlag, Spirulina das Superfood, Dr. Alfred Gruber, CH-Rebstein
info@i-health-verlag.ch
www.i-health-verlag.ch

© National Center for Biotechnology Information

STUDIEN UND REFERENZEN

[1] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 12

[2] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 13

[3] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 06

[4] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 14

[5] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 17

[6] Aldo Ferreira-Hermosillo 1, Patricia V Torres-Duran,Marco A Juarez-Oropeza
Abteilung für Biochemie, School of Medicine, National Autonomous University of Mexico (UNAM), Mexiko, 04510, Mexiko. pavitodu@yahoo.com.mx.
PMID: 20370930 - PMCID: PMC2861069 - DOI: 10.1186/1752-1947-4-103

[7] Patricia V Torres-Duran 1, Aldo Ferreira-Hermosillo,Marco A Juarez-Oropeza
Abteilung für Biochemie, School of Medicine, National Autonomous University of Mexico, P,O, Box 70-159, Mexiko, D.F. 04510, Mexiko. pavito@correo.unam.mx
PMID: 18039384 - PMCID: PMC2211748 - DOI: 10.1186/1476-511X-6-33

STUDIEN UND REFERENZEN

[8] Tomohiro Hirahashi 1, Misako Matsumoto,Kaoru Hazeki,Yoshiko Saeki,Michio Ui,Tsukasa Seya Abteilung für Immunologie, Osaka Medical Center for Cancer and Cardiovascular Diseases, Japan.
PMID: 11962722 - DOI: 10.1016/s1567-5769(01)00166-7

[9] Bingli Zhao 1, Yujiao Cui 1, Xiaodan Fan 1, Ping Qi 2, Chunchen Liu 3, Xuesong Zhou 4, Xuewu Zhang 1
PMID: 31220177- PMCID: PMC6586325 - DOI: 10.1371/journal.pone.0218543

[10] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 22

[11] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 09

[12] © i-like

[13] © 2018 i-health Verlag, Dr. Alfred Gruber
Spirulina das Superfood, Seite 29

SWISS QUALITY