



Über Millionen Jahre hütete eine Höhle tief in den Bergen Snowdonias das Geheimnis der Quelle mit ihrem eisenreichen Wasser.

Vor über zweitausend Jahren wurde die Höhle mit ihrer besonderen Quelle erstmalig von den Römern entdeckt. Von diesem Tag an wurde die natürliche Trefriw Wells Quelle für sein eisenreiches Wasser weit über Wales hinaus bekannt. Im Jahre 1874 wurde ein viktorianisches Haus mit einer Pumpanlage bei der Quelle erbaut um das eisenreiche Wasser abfüllen zu können. Erstmals konnte das Wasser der Öffentlichkeit als natürliches Eisen-Nahrungsergänzungsmittel angeboten werden.

### Warum ist Eisen wichtig?

Eisen ist ein lebenswichtiges Spurenelement, das für viele Funktionen im Körper gebraucht wird. Es unterstützt u.a. den Sauerstofftransport im Blut und spielt im Energiestoffwechsel eine wichtige Rolle.

Täglich verliert der Körper Eisen. Da Eisen vom Körper nicht selbst gebildet werden kann, sollte es regelmäßig in ausreichender Menge über die Nahrung zugeführt werden.

### Für wen ist Ferrotone geeignet?

Für alle ab 3 Jahren...



Frauen



Männer



Schwangere



Kinder ab 3 Jahren



Aktive und Sportler



Vegetarier und Veganer

- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern.

Ferrotone – Der Eisenlieferant aus natürlicher Quelle

Abgefüllt von: Spatone Ltd bei Trefriw Wells Spa, Snowdonia, North Wales, LL27 0JS, UK

Vertrieb: Nelsons GmbH, Heegbarg 2, 22391 Hamburg

## Der Eisenlieferant aus natürlicher Quelle

Wird sehr gut vom Körper aufgenommen  
Besonders verträglich

Ihr gezielter Beitrag zur täglichen Eisenversorgung



900016/0220

Wasser aus natürlicher Quelle mit hohem Eisengehalt

Vielen Dank, dass Sie sich für **Ferrotone** entschieden haben. In dieser Broschüre erfahren Sie u.a. was **Ferrotone** so besonders macht und wie Sie es am besten verwenden.

## Was ist **Ferrotone**?

**Ferrotone** ist Wasser aus natürlicher Quelle mit hohem Eisengehalt – ohne Zusatzstoffe. Ihr gezielter Beitrag zur täglichen Eisenversorgung.

**Ferrotone** – Das Erfolgsprodukt aus England!

Unabhängige Studien\* zeigen, dass **Ferrotone** sehr gut vom Körper aufgenommen wird und besonders verträglich ist.

\* Worwood M et al. Iron absorption from a natural mineral water. *Clinical & Laboratory Haematology*; 1996; 18; 23-27/McKenna et al. A randomized trial investigating an iron-rich natural mineral water as a prophylaxis against iron deficiency in pregnancy. *Clinical & Laboratory Haematology*; 2003; 25; 99-103.

Das besondere Wasser mit dem hohen Eisengehalt entspringt in der Trefriw Wells Quelle in Wales. Die idyllische Quelle liegt mitten in den Bergen des Snowdonia Nationalparks in Nord-Wales.



Das viktorianische Haus der Trefriw Wells Quelle

## Was macht **Ferrotone** besonders?



Das Eisen in **Ferrotone** wird sehr gut vom Körper aufgenommen und bis zu 40% verwertet. **Ferrotone** ist besonders verträglich im Vergleich zu hochdosierten Eisenpräparaten. Ein Beutel **Ferrotone** (oder bis zu 2 während der Schwangerschaft) kann einen wichtigen Beitrag zur Deckung Ihres täglichen Eisenbedarfs leisten.



Der Körper einer erwachsenen Frau benötigt täglich rund 2mg Eisen, der eines Kindes und Mannes etwa 1-1,5mg pro Tag. Dennoch liegt der empfohlene Tagesbedarf\* für Eisen bei 14mg. Er basiert auf einer relativ geringen Verwertungsmenge des Eisens aus der Nahrung. Durchschnittlich können nur 5-20% des in Lebensmitteln gebundenen Eisens vom Körper aufgenommen und verwertet werden.

\* Nach EU-Richtlinie über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln.

Ein Beutel **Ferrotone** enthält 5 mg Eisen. Da das Eisen in **Ferrotone** bis zu 40% vom Körper aufgenommen wird, ist diese Menge in der Regel ausreichend um einen gezielten Beitrag zu Ihrer täglichen Eisenversorgung zu gewährleisten.



5 - 20%

Das in Lebensmitteln gebundene Eisen kann nur zu 5 - max 20% vom Körper verwertet werden.



40%

Das Eisen in **Ferrotone** wird bis zu 40% vom Körper verwertet.

## Wie verwende ich **Ferrotone**?



Geben Sie den Inhalt eines praktischen Tagesportionsbeutels einfach in ein Glas Ihres Lieblingsfruchtsaftes, z.B. Apfel- oder Orangensaft, und trinken Sie diesen umgehend.

Sie können das Eisen in **Ferrotone** wirklich schmecken. Daher sollte **Ferrotone** idealer Weise immer zusammen mit Fruchtsaft verzehrt werden, denn der „Eisen-Verwertungshelfer“ Vitamin C kann die Aufnahme von Eisen durch den Körper steigern.

Allerdings können manche Substanzen in Lebensmitteln und Getränken die Körperfunktion zur Aufnahme von Eisen einschränken. Dazu gehören z.B. Tee oder Wein (Tannin), Milchprodukte oder Calcium-Nahrungsergänzungsmittel (Calcium), und kohlenstoffhaltige Getränke.



Wir empfehlen täglich einen Beutel **Ferrotone**, oder bis zu zwei während der Schwangerschaft, wie oben beschrieben zu trinken.

**Ferrotone** kann auf leeren Magen oder auch nach dem Essen verzehrt werden.