

**+** **HCK**<sup>®</sup>. Mikronährstoffe nach Mass.



## Ihre persönliche Gesundheitsanalyse



**+** **swiss quality**

HCK<sup>®</sup>-Mikronährstoffe werden individuell für Sie angefertigt und sind exakt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt!



**+** **HCK**<sup>®</sup>. Passt perfekt.

Fragen Sie uns nach HCK<sup>®</sup>:

Stempel

**ever-coach gmbh**  
Luzernstrasse 16  
CH-6275 Ballwil  
+41 41 448 03 58

## Wozu braucht man Mikro-nährstoffe?

Mikronährstoffe sind lebensnotwendig, damit unser Stoffwechsel optimal funktionieren kann. Da unser Organismus sie nicht selbst produzieren kann, muss man sie ihm zuführen. Die Versorgung mit der Nahrung ist aber in den meisten Fällen nicht ausreichend. Wir merken dies erst, wenn der Körper den Mangel nicht mehr ausgleichen kann – wir werden krank.

## Warum individuell?

Jeder Mensch ist einzigartig. Das gilt auch für seinen tatsächlichen Bedarf an Mikronährstoffen. Dieser ist abhängig von zahlreichen Faktoren (siehe Abbildung unten).

Alleine unter Berücksichtigung dieser wesentlichen Einflüsse ist es nicht zielführend, den lebensnotwendigen Mikronährstoffbedarf für alle oder einzelne Gruppen als Durchschnittswert bestimmen zu wollen. Mikronährstoffbedarf und Mikronährstoffdefizite lassen sich heute gezielt ermitteln und kontrollieren. Auf der Basis der erhaltenen Rezeptur wird mit den HCK®-Mikronährstoffen Ihre individuelle Mischung zusammengestellt.

## HCK® – der „Schlüssel zur Zelle“

HCK® ist die Abkürzung für HydroCell-Key und bedeutet so viel wie der „Schlüssel zur Zelle“. Die Bezeichnung leitet sich ab aus der einzigartigen Gallenik der HCK®-Mikronährstoffe. Das Besondere daran ist, dass jeder Mikronährstoff in einen rein pflanzlichen Trägerstoff (Guarkernmehl) eingearbeitet und getrocknet wird. Das entstehende Granulat hat die Eigenschaft, zu quellen und ein kolloidales (gallertartiges) System zu bilden, sobald es mit Flüssigkeit in Berührung kommt. Es entsteht ein Kolloidfilm, wodurch die Aufnahmeeigenschaft der HCK®-Mikronährstoffe so gut ist, dass sie der von Obst und Gemüse sehr nahe kommt. Die Mikronährstoffe werden über 4 bis 6 Stunden kontinuierlich an den Körper abgegeben. So wird Ihr Organismus gleichmässig und langanhaltend versorgt.

## Die Einsatzgebiete von HCK®

Aus der Orthomolekularmedizin weiss man heute, dass fast alle Zivilisations-

krankheiten (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, rheumatische Erkrankungen, Tumore etc.) ihre Ursachen in der reduzierten Leistung einzelner Stoffwechselschritte haben. Meist sind es bestimmte Enzyme in unserem Körper, die nicht mehr optimal arbeiten, weil lebens-



wichtige Mikronährstoffe nicht ausreichend zur Verfügung stehen. Schuld daran sind neben unausgewogener Ernährung u. a. Schadstoffe und Leistungsdruck. Über Jahre baut sich somit ein Ungleichgewicht im komplexen biologischen System unseres Organismus auf. Dabei hat jeder Mensch sein ganz persönliches Risikoprofil. Mit dem gezielten Einsatz von HCK®-Mikronährstoffen können die Enzymleistungen optimiert werden, der Stoffwechsel normalisiert sich wieder. HCK®-Mikronährstoffe können sowohl präventiv als auch therapeutisch eingesetzt werden.

## Diese Faktoren beeinflussen die Auswahl und die Dosierung von Mikronährstoffen:





## Einnahmeempfehlung für Ihre persönliche Mikronährstoffmischung

### Was sollte bei der Einnahme der HCK®-Mikronährstoffe beachtet werden?

Nehmen Sie die Mikronährstoffe nicht auf nüchternen Magen. Mikronährstoffe können anregend wirken, deshalb empfehlen wir empfindlichen Personen die Einnahme statt morgens und abends, morgens und nachmittags.

**In Flüssigkeit:** Granulat in 0.5 bis 1 dl gekühlten Frucht-/Gemüsesaft, Milch oder Sirup einrühren und sofort direkt aus dem Glas trinken. Das Granulat löst sich erst im Darm auf. Ein Glas Flüssigkeit nachtrinken.

**Mit einem Strohhalm:** Granulat in etwas Flüssigkeit (Wasser, Saft usw.) geben und mit einem Strohhalm/Trinkröhrchen sofort trinken. Flüssigkeit nachtrinken.

**In breiigen Speisen:** Z. B. in Joghurt einrühren und sofort essen, ein Glas Flüssigkeit nachtrinken.

**Trocken:** Max. 1/2 bis 1 Teelöffel trocken einnehmen und viel Flüssigkeit nachtrinken.

### Wann ist bei den HCK®-Mikronährstoffen Vorsicht geboten?

Wenn Ihre persönliche Dosierung (siehe Dosenaufruck) höher als 3 x 1/2 Teelöffel pro Tag betragen sollte, beginnen Sie in den ersten 10 bis 14 Tagen mit einer Dosierung von max. 1/2 Teelöffel morgens und 1/2 Teelöffel abends und erhöhen Sie dann langsam auf die angegebene Dosierung.

### Welche Nebenwirkungen können die HCK®-Mikronährstoffe haben?

Die HCK®-Mikronährstoffe enthalten einen Anteil an wasserlöslichen Ballaststoffen, um die Aufnahme der Vitamine und Mineralstoffe im Darm zu verbessern. Bei empfindlichen Personen kann dies anfänglich zu Blähungen führen. Dies sind normale Reaktionen des Darms.

## Wechselwirkungen mit Medikamenten

Wenn Sie vom Arzt verordnete Medikamente einnehmen, fragen Sie ihn, einen Apotheker oder eine Fachperson zu allfälligen Nebenwirkungen. Bestimmte Medikamente sind „Nährstoffräuber“. Deshalb empfehlen wir in diesen Fällen eine Anpassung der Mischung.

### Was ist ferner zu beachten?

Es sind keine zusätzlichen Aroma-, Hilfs- oder Granulierungsmittel enthalten, deshalb kommt der natürliche Eigengeschmack der Inhaltsstoffe zur Geltung. Dies könnte in Ausnahmefällen bei sehr empfindlichen Personen anfänglich zu geschmacklichen Vorbehalten führen. In diesem Fall rühren Sie das Granulat am besten in 1/2 Glas Karotten-, Tomaten-, Gemüse- oder Orangensaft ein (siehe Einnahmetipps). Trinken Sie ein Glas Wasser nach.

**Die HCK®-Mikronährstoffe bitte kühl, trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren!**

**In Flüssigkeit**

- Einrühren in Saft, Milch, Sirup
- Direkt aus dem Glas trinken

**Mit dem Strohhalm**

- Einrühren in Saft, Milch, Sirup
- Mit dem Strohhalm sofort trinken

**In breiigen Speisen**

- Z. B. in Joghurt einrühren
- Sofort essen

**Trocken**

- Max. 1/2 bis 1 Teelöffel trocken einnehmen

**Viel Flüssigkeit nachtrinken**

## Das einzigartige HCK®-Baukastensystem

HCK®-Mikronährstoffe sind ein in der Schweiz entwickeltes Baukastensystem, das aus einem umfangreichen Sortiment

an Einzelsubstanzen in Granulatform besteht (siehe Abbildung unten). Mit Hilfe einer Blutanalytik oder eines Fragebogens, in dessen Entwicklung die Erkenntnisse aus mehreren Zehntausend Blutanalysen eingeflossen sind, wird

der individuelle Mikronährstoffbedarf ermittelt und eine massgeschneiderte Rezeptur für Sie erstellt. Das HCK®-Sortiment wird ständig den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst.



## Die Vorteile von HCK® auf einen Blick

### VORTEIL 1:

#### Individuell: Massanzug statt Massenware

Jeder Mensch ist einzigartig. Das gilt auch für seinen tatsächlichen Bedarf an Mikronährstoffen, der ja nach Alter, Geschlecht, Körpergewicht deutlich variieren kann. Auch Lebens- und Ernährungsgewohnheiten, Umweltbelastungen, Stress, sportliche Aktivitäten, genetische Dispositionen oder Begleiterkrankungen spielen eine wesentliche Rolle. Moderne Mikronährstoffmedizin heißt daher individuelle Mikronährstoffmedizin, sprich ein für Ihren persönlichen Bedarf massgeschneidertes Kon-

zept. Damit bekommt Ihr Körper genau das, was er braucht – nicht mehr und nicht weniger. Selbstverständlich kann die HCK®-Mikronährstoff-Mischung jederzeit den sich ändernden Bedürfnissen angepasst werden.

### VORTEIL 2:

#### Natürlich: Optimale Resorption

Durch die rein pflanzliche Hülle werden die HCK®-Mikronährstoffe dem Körper ähnlich serviert wie in der Natur. Das Guargranulat ist in diesem Sinne durchaus vergleichbar mit Obst und Gemüse. HCK®-Mikronährstoffe kön-

nen deshalb hervorragend resorbiert werden und kommen genau dort an, wo sie gebraucht werden: An der Zelle, im Immunsystem, am Herzen, der Muskulatur, den Nerven, im Gehirn...

### VORTEIL 3:

#### Präzise: Schweizer Qualität

Die HCK®-Mikronährstoffprodukte sind schweizerische Qualitätsprodukte. Der gesamte Produktionsprozess unterliegt den strengen schweizerischen Normen. Es wird ausschliesslich einwandfreie und zertifizierte Ware von seriösen Lieferanten verarbeitet.

