

# Orysterol

## WIRKUNG VON ORYSTEROL

### • Cholesterin

Dank den enthaltenen Phytosterolen trägt Orysterol zum Erhalt einer normalen Cholesterinkonzentration bei. Um diese nützliche Wirkung zu erzielen, ist eine tägliche Einnahme von 800 mg pflanzlicher Sterine notwendig (5 Kapseln täglich).

### • Blutzucker

Chrom und Zink tragen zum Erhalt eines normalen Blutzuckerspiegels sowie zur guten Verwertung der Makronährstoffe (Eiweiss, Fettstoffe, Zucker) bei, welche eine essentielle Energiereserve darstellen.

### • Oxydativer Stress

Die in Orysterol enthaltenen Antioxydantien und das natürliche Vitamin E helfen die Zellen gegen den oxydativen Stress zu schützen. Oxydativer Stress verursacht Zellschädigungen und ist am Alterungsprozess beteiligt.

## VORTEILE

- Blutzucker unter Kontrolle
- Cholesterinwerte unter Kontrolle
- Gegen oxydativen Stress
- Keine Statine
- Keine unerwünschten Nebenwirkungen
- Ohne Pestizide, Farbstoffe und synthetische Konservierungsmittel
- Glutenfrei

### • REFERENZ

1. Effect of low calorie diet with rice bran oil on cardiovascular risk factors in hyperlipidemic patients. Zavoshy R1, Noroozi M, Jahanihashemi H. J Res Med Sci. 2012 Jul;17(7):626-31
2. Effects of rice bran oil on the blood lipids profiles and insulin resistance in type 2 diabetes patients. Lai MH1, Chen YT, Chen YY, Chang JH, Cheng HH. J Clin Biochem Nutr. 2012 Jul;51(1):15-8.
3. In vivo antioxidant potential of rice bran oil (RBO) in albino rats. Rana P1, Vadhera S, Soni G. Indian J Physiol Pharmacol. 2004 Oct; 48(4):428-36.

## ERNÄHRUNGSTIPPS

### • Getränke

Ich bevorzuge ungezuckerte Getränke.  
Ich trinke 1-2 Liter Wasser pro Tag.

### • Gemüse

Ich esse täglich 3 Portionen Gemüse in Form von Salat, frischem oder tiefgekühltem Gemüse, Suppen ...

### • Früchte

Ich esse täglich 2 Portionen frische Früchte oder Beeren.

### • Getreide, Kartoffeln, Hülsenfrüchte

Ich gebe Vollkornprodukten, Kartoffeln, Linsen den Vorzug, und reduziere meinen Konsum an Weissbrot, Chips und Frittiertem.

### • Fleisch, Fisch, Eier und andere proteinhaltige Nahrungsmittel

Ich esse täglich abwechslungsweise 1 Portion Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte, Eier, Tofu oder Quark. Ich reduziere Wurstwaren, Salami und Pasteten nur zurückhaltend.

### • Öle, Fette, Schalenfrüchte

Es ist wichtig, die Fettstoffe nicht zu verteufeln, denn sie sind für das gute Funktionieren unserer Zellen wichtig. Es gilt jedoch deren Wert zu beachten. Täglich empfohlene Fette sind die pflanzlichen Öle wie Oliven-, Raps- oder Nusskernöl. Aber auch die an Omega-3 reichen Fettsäuren der fetthaltigen Fische wie Lachs, Makrelen, Sardinen, Krill oder auch des Leinöls sind empfohlen.

Es wird jedoch geraten, den Konsum an Fettsäuren welche man in den Streichcremen, Pizzen, industriellen Süswaren oder in modifiziertem Palmöl findet, auf ein Minimum zu reduzieren.

Fettes Fleisch, Butter, Mais- oder Sonnenblumenöl sollen moderat konsumiert werden.

Die Ernährungsweise ist der Hauptfaktor um gesund zu bleiben. Hier noch einige Empfehlungen:

- Mehrmals wöchentlich eine körperliche Aktivität ausüben.
- Nicht rauchen.
- Nicht mehr als eine Dosis Alkohol pro Tag konsumieren.
- Das Körpergewicht in der Norm halten.

### • Referenzen

Schweizer Lebensmittelpyramide  
Schweizerische Herzstiftung



# Orysterol

Cholesterin · Blutzucker · Oxydativer Stress

**Orysterol ist ein Nahrungsergänzungsmittel, welches folgende Elemente vereint:**

**Reiskleieöl** aus Kaltpressung von Reiskornhüllen. Es zeichnet sich durch seine reichhaltige Zusammensetzung aus. Es ist das Nahrungsmittel mit dem höchsten Gehalt an Gammaoryzanol (spezifischer Fettstoff aus der Gruppe der Phytosterine).

**Chrom und Zink**, welche zu einem normalen Blutzuckergehalt beitragen, den Stoffwechsel der Makronährstoffe (Proteine, Lipide, Zucker) optimieren, welche eine wichtige Energiereserve darstellen

**Vitamin E** und Antioxydantien, welche die Zellen vor oxydativem Stress schützen. Letzterer verursacht Zellschädigungen und ist am Alterungsprozess beteiligt.

## Verzehrempfehlung

2 Kapseln am Mittag und 3 am Abend mit je einem Glas Wasser.

Planen Sie eine Kur von 6 bis 8 Wochen um ein Resultat zu sehen.

## Hinweis

Dieses Nahrungsergänzungsmittel kann eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise nicht ersetzen. Empfohlene Mengen nicht überschreiten. Die Patienten, die Arzneimittel zur Senkung des Cholesterinspiegels einnehmen, sollten Orysterol nur unter ärztlicher Aufsicht zusich nehmen. Nicht geeignet für schwangere und stillende Frauen.



Lactose free



Gluten free

## WAS IST CHOLESTERIN?

Cholesterin ist ein Fettstoff der Gruppe der Sterine. Diese sind unerlässlich für die Bildung zahlreicher anderer Moleküle wie z. B. der steroiden Hormone (Kortisol, Kortison, ...), der Sexualhormone (Östrogen, Progesteron, Testosteron) und des Vitamin D.

Cholesterin ist ein wichtiger Baustein unserer Zellwände. Es wird hauptsächlich durch die Leber produziert, welche es benötigt, um die Gallensalze der Gallenflüssigkeit zu produzieren. Diese gelangen über den Gallengang in den Darm, wo sie zur Verdauung der Nahrungsfette beitragen.

Der Transport des Cholesterins wird durch Eiweissstoffe, die Lipoproteine, gewährleistet. Die HDL (High-Density Lipoprotein) transportieren das Cholesterin von den Geweben der Peripherie zur Leber, wo es abgebaut wird. Man spricht vom „guten Cholesterin“.

Im Gegensatz das LDL (Low-Density Lipoprotein) welches das Cholesterin aus der Leber zu den Geweben bringt, und welches zur Ablagerung in den Blutgefässen tendiert. Man spricht dann vom „schlechten Cholesterin“.

## REISKLEIEÖL

- Orysterol ist eine innovative Nahrungsergänzung auf Basis von 100% natürlichem Reiskleieöl (*Oryza sativa*), angereichert mit Phytosterinen, natürlichem Vitamin E, Chrom und Zink.
- Reiskleieöl wird durch schonende Kaltpressung gewonnen, und zeichnet sich durch seine reichhaltige Zusammensetzung aus, Wird vom Körper problemlos aufgenommen und ist leicht verdaulich.
- Es ist das Nahrungsmittel mit der höchsten Konzentration an Gamma-Oryzanol, einem Fettstoff aus der Familie der Phytosterine, und enthält über 100 Antioxidantien.
- Die im Orysterol enthaltenen Wirkstoffe wirken sich positiv auf den Blutzucker, oxidativen Stress und die Cholesterinwerte aus.
- Im Gegensatz zur roten Reishefe enthält das Reiskleieöl keine Statine und keine Citrinine. Keine Nebenwirkungen bekannt.

## WAS SIND PHYTOSTERINE?

Phytosterine sind pflanzliche Fettstoffe, deren Struktur sehr nahe derjenigen des Cholesterins sind. Durch deren Einnahme, nehmen sie im Gewebe den Platz des Cholesterins ein, und fördern so dessen Ausscheidung.

## Inhaltstoffe

Reiskleieöl, Phytosterine aus Sojabohnenöl, Zinklaktat, Monoglyzerid von Fettsäuren, natürliches Vitamin E, Sojalecithin, Chrom Picolinat; Kapsel: Speisegelatine, Sojalecithin, Aroma und Farbstoff: Johannisbrot.

Zusammensetzung für 5 Kapseln		% NRV
Energie	34 kcal (142 kJ)	
Fett	3.1 g	
Kohlenhydrate	0.45 g	
Eiweiss	1.05 g	
Natrium	0.0 g	
Chrom	41.5 µg	104%
Zink	17 mg	170%
Vitamin E	20 mg	166%
Sterine	850 mg	

\* NRV: Nährstoffbezugswerte (nutrient reference values)



B'Onaturis SA  
CH-2800 Delémont

www.bionaturis.ch