

„Gute Tage“ vor den Tagen

**Bonasanit<sup>®</sup>plus**

Das tägliche PLUS für weibliches Wohlbefinden bei PMS

Zum Diätmanagement bei PMS

Vegan

Auf vielfachen Wunsch

**MAGNESIUM  
OHNE  
ASPARTAM**

Anwendungsempfehlung

Bitte lesen Sie die Anwendungsempfehlung vor der ersten Einnahme sorgfältig durch. Sie finden hier Informationen über die ernährungsphysiologischen Hintergründe und den ernährungsmedizinischen Kenntnisstand.

Bonasanit<sup>®</sup>plus ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät) zum Diätmanagement beim prämenstruellen Syndrom (PMS).

„Gute Tage“ vor den Tagen

**Bonasanit<sup>®</sup>plus:**

Das tägliche PLUS für weibliches Wohlbefinden bei PMS

Das prämenstruelle Syndrom (PMS)

„Prämenstruelles Syndrom“ ist die wissenschaftliche Bezeichnung für die vielfältigen körperlichen und seelischen Beschwerden einer Frau an den Tagen vor dem Einsetzen der Monatsblutung. Es tritt bei fast 95 % aller Frauen mit Menstruationszyklus in hoher Regelmäßigkeit auf und beeinträchtigt die Lebensqualität der betroffenen Frauen erheblich. PMS kann sich auf sehr unterschiedliche und zum Teil auch widersprüchliche Art und Weise bemerkbar machen. Hierzu

gehören u. a. Appetitlosigkeit und Heißhunger, Antriebslosigkeit und Hyperaktivität, Wasseransammlungen mit dem Gefühl „aufgeschwemmt“ zu sein, Aggressivität, Stimmungsschwankungen, unerklärliche Traurigkeit, Bauchkrämpfe, Brustspannen, Hautprobleme, Migräne und Schlafstörungen.

PMS hat viele verschiedene Ursachen

Neuere wissenschaftliche Erkenntnisse in der Erforschung des PMS machen deutlich, dass PMS sehr viel mehr Ursachen hat, als man in der Vergangenheit angenommen hat. Heute weiß man, dass PMS eine multifaktorielle Störung ist.

PMS kann insbesondere bei Frauen auftreten, die voll im Leben stehen, Beruf oder Familie managen oder vielleicht auch beides. Hohe tägliche Stressbelastung, mangelnde Bewegung, zeitbedingt unausgewogene Ernährung, Alkohol- und Tabakkonsum zehren Tag für Tag am Wohlbefinden einer Frau und können zu Dysbalancen im Hormon- und Stoffwechselhaushalt führen. Dies alles kann zur Entstehung und Verstärkung von PMS beitragen.

Biokanol – der Experte für PMS

Die jüngsten Erkenntnisse zu den multifaktoriellen Ursachen des PMS legten die Entwicklung neuer Nährstoffkombinationen nahe, die den modernen Ansprüchen an ein ernährungsphysiologisches Management bei PMS gerechter werden als bisher.

Mit fast 30 Jahren Erfahrung im Management von PMS sind Biokanol die Bedürfnisse und Wünsche betroffener Frauen bestens bekannt. Für die neue, zeitgemäße Rezeptur wurden Stoffe, die sich seit vielen Jahren im Diätmanagement von PMS bewährt haben, mit weiteren Nährstoffen kombiniert, die sich nach neuen Erkenntnissen ebenfalls zum Diätmanagement von PMS eignen.

Bonasanit<sup>®</sup>plus – das neue multifaktorielle Management bei PMS

Bonasanit<sup>®</sup>plus stellt für Frauen ein innovatives multifaktorielles Management bei PMS dar, das eine einzigartige Nährstoffkombination enthält.



Bonasanit<sup>®</sup>plus – Tag für Tag

Auch wenn PMS-Beschwerden typischerweise nur 10–3 Tage vor Einsetzen der Menstruation beginnen, ist es doch wichtig, den immer wieder auftretenden Ursachen hierfür ganz kontinuierlich entgegenzuwirken. Zur täglichen Abdeckung des spezifischen erhöhten Nährstoffbedarfs empfiehlt sich die regelmäßige und langfristige Einnahme.

Magnesium ohne Aspartam

Bonasanit<sup>®</sup>plus besteht aus einer Mikronährstoff-Kapsel und einer Magnesium-Brausetablette. Es hat sich als vorteilhaft erwiesen, wenn die Mikronährstoff-Kapsel und die Magnesium-Brausetablette zeitlich versetzt eingenommen werden. Nehmen Sie am besten die Mikronährstoff-Kapsel morgens und die Magnesium-Brausetablette abends ein.

**Bitte beachten:** Auf vielfachen Wunsch von Gynäkologen und Anwenderinnen von Bonasanit<sup>®</sup>plus hat die Magnesium-Brausetablette kein Aspartam mehr. Die Magnesium-Brausetablette ist gänzlich ungesüßt und kann bei Bedarf nach individuellem Geschmack gesüßt werden, wie z.B. mit Zucker oder Honig.

## Gönnen Sie sich das tägliche PLUS für Ihr Wohlbefinden bei PMS

Bonasanit®plus ist genau das Richtige für alle Frauen, die aktiv und erfolgreich im Leben stehen und sich ein tägliches PLUS für ihr Wohlbefinden gönnen wollen.

Bonasanit®plus gibt Ihnen das gute Gefühl, Ihrem Körper die Nährstoffe zu geben, die er für einen harmonischen Zyklus und eine stabile Balance benötigt, um gut durch die Tage vor den Tagen zu kommen.

**„Jeden Tag ganz ich“**  
aktiv, energiegeladen, entspannt – auch an den Tagen vor den Tagen.

**Bonasanit®plus erhalten Sie exklusiv in der Apotheke und unter [www.bonasanit-plus.de](http://www.bonasanit-plus.de)**

Auf der Internetseite erfahren Sie auch mehr über PMS und das neue multifaktorielle Diätmanagement mit der einzigartigen Mikronährstoff-Kombination in Bonasanit®plus. Bei weiteren Fragen steht Ihnen unser Beratungsservice zu üblichen Bürozeiten zur Verfügung: 07222 / 78679-0 oder unter

**[www.bonasanit-plus.de](http://www.bonasanit-plus.de)**

## Weitere wichtige Informationen zu Bonasanit®plus

### Zutaten Magnesium-Brausetablette

Säuerungsmittel Zitronensäure, Magnesiumcarbonat, Säureregulator Natriumhydrogencarbonat, Inulin, Aromen, Maisstärke.

### Zutaten Mikronährstoff-Kapsel

Ascorbinsäure, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Schisandra-Fruchtextrakt, Passionsblumen-Extrakt, Emblica-Fruchtextrakt, Zinkgluconat, Coenzym Q10, Pyridoxinhydrochlorid, Natriumselenit, Cyanocobalamin, Natriummolybdat, Phytomenadion, Cholecalciferol, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Kupfergluconat, Retinylacetat, Thaminmononitrat, Riboflavin, Chrompicolinat, Biotin, Farbstoff: Titandioxid

### Packungsgröße

Packung mit 60 Mikronährstoff-Kapseln und 60 Magnesium-Brausetabletten.



	pro Tagesportion (1 Kapsel + 1 Brausetablette)	pro 100 g
Energie	45 kJ / 11 kcal	2362 kJ / 561 kcal
Fett	< 0,1 g	5,6 g
davon gesättigte Fettsäuren	< 0,1 g	3,5 g
Kohlenhydrate	0,6 g	75 g
davon Zucker	< 0,1 g	2,5 g
Eiweiß	< 0,1 g	4,6 g
Salz	0,54 g	12,8 g
Vitamin B1	1,5 mg	30 mg
Vitamin B2	1,4 mg	28 mg
Biotin	150 µg	3001 µg
Vitamin B6	20 mg	400 mg
Vitamin B12	12,5 µg	250 µg
Vitamin A	400 µg	8002 µg
Vitamin C	100 mg	2000 mg
Vitamin D3	15 µg	300 µg
Vitamin K1	80 µg	1600 µg
Magnesium	200 mg	4001 mg
Zink	5,0 mg	100 mg
Kupfer	0,5 mg	10 mg
Selen	80 µg	1600 µg
Chrom	50 µg	1000 µg
Molybdän	40 µg	800 µg
Natrium	217 mg	5108 mg
Coenzym Q10	30 mg	600 mg
Schisandra-Fruchtextrakt	100 mg	2000 mg
Passionsblumen-Extrakt	100 mg	2000 mg
Emblica-Fruchtextrakt	100 mg	2000 mg

## Wichtige Hinweise

- Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden
- Kein vollständiges Lebensmittel. Nicht zur alleinigen Ernährung geeignet
- Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern
- Nicht über Raumtemperatur aufbewahren und vor direkter Sonneneinstrahlung schützen
- Nicht geeignet für Personen, die auf einen der Inhaltsstoffe allergisch reagieren. Es können fertigungsbedingt Spuren von Sellerie und Nüssen enthalten sein
- Aufgrund der besonderen Ernährungserfordernisse ist der Gehalt an den enthaltenen Vitaminen und Mineralstoffen erhöht
- Kapselhülle pflanzlich; ohne tierische Bestandteile
- Hormon-, laktose- und glutenfrei
- **Vegan**



## Verzehrempfehlung

Täglich 1 Mikronährstoff-Kapsel vorzugsweise zu oder nach einer Mahlzeit (Frühstück oder Mittagessen) nehmen sowie 1 Magnesium-Brausetablette am Abend in einem Glas Wasser auflösen, bei Bedarf individuell süßen und trinken. Bei manchen Stoffen, wie z.B. Magnesium, ist eine versetzte Einnahme wichtig.

Zur Deckung des spezifischen Nährstoffbedarfs empfiehlt sich die regelmäßige und langfristige Einnahme. Das Produkt sollte auf jeden Fall über einen Zeitraum von 4 Monaten genommen werden, um die volle aufbauende Wirkung zu erreichen. Danach empfehlen wir unter Mitwirkung eines ernährungsmedizinisch erfahrenen Therapeuten zu entscheiden, ob das Diätmanagement weitergeführt werden soll.



**Biokanol Pharma GmbH**

Kehler Straße 7

76437 Rastatt

Telefon 07222 / 78679-0

E-Mail: [info@biokanol.de](mailto:info@biokanol.de)

**[www.bonasanit-plus.de](http://www.bonasanit-plus.de)**

Stand der Information: November 2019