

**Dr. med. et Dr. scient. med. Jürg Eichhorn**

Traditionelle Chinesische Medizin ASA  
Manuelle Medizin SAMM  
F.X. Mayr-Arzt (Diplom)

**Allgemeine Innere Medizin FMH**

Sportmedizin SGSM  
Ernährungsheilkunde SSAAMP  
Anti-Aging Medizin

**Praxis für Allgemeine und Komplementärmedizin**

Neuraltherapie SANTH & SRN  
Orthomolekulärmedizin SSAAMP  
applied kinesiology ICAK-D & ICAK-A

---

# Preiselbeere - *Vaccinium vitis idaea*

Version: 27. Februar 2020

---

Fon  
Adresse  
E-Mail

+41 (0)71-350 10 20  
Im Lindenhof  
[drje49@gmail.com](mailto:drje49@gmail.com)

Bahnhofstr. 23  
[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

CH-9100 Herisau

## Preiselbeere - *Vaccinium vitis idaea*

Preiselbeeren, das *Rote Gold* Schwedens. In den Wäldern Skandiaviens finden sich die grössten Bestände

### Preiselbeeren

Herkunft	Die nahen Verwandten	Andere Namen
Eurasien	Preiselbeeren und Moosbeeren	
Amerika	Cranberries	Gross fruchtige Moosbeere Kulturpreiselbeere
	Heidelbeere	Waldheidelbeere, Kulturheidelbeere

Lateinischer Name	Deutscher Name	Andere Bezeichnungen
<i>Vaccinium vitis-idaea</i>	Europäische Preiselbeere	Lingonbeere, Kronsbeere, Waldpreiselbeere
<i>Vaccinium corymbosum</i>	Kulturheidelbeere	Amerikanische Heidelbeere
<i>Vaccinium macrocarpon</i>	Kulturpreiselbeere	Cranberry, Grossfrüchtige Moosbeere
<i>Vaccinium myrtillus</i>	Waldheidelbeere	Blaubeere, Bickbeere
<i>Vaccinium oxycoccos</i>	Gemeine Moosbeere	Sumpf-Moosbeere

### **Preiselbeeren - wertvolle Arznei aus der Natur: Antibiotikum und Antioxidans**

Reduzieren die Häufigkeit von Harnwegsinfektionen um die Hälfte (British Medical Journal, Studie 2001). Pro-Anthozyane verhindern das Anhaften von Eschericia-Coli Bakterien, die zu 80% verantwortlich sind für Harnwegsinfektionen.

Senken Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risiko (Quercetin, Anthozyane und Flavonoide als starke Antioxidantien, Quercetin senkt LDL-Cholesterin und wirkt entzündungshemmend)

Krebs Prophylaxe: Brust Krebs (Quercetin wirkt der Östrogen Dominanz entgegen).

Wirken Zahn Belägen entgegen (antibiotische Wirkung in der Mundhöhle)

**Reifezeit:** August bis Oktober

**Haltbarkeit:** Bis 8 Wochen bei hoher Luftfeuchtigkeit (90%) und 3 Grad Umgebungstemperatur

### **Trinkgranulat aus konzentriertem Extrakt von Preiselbeeren, mit Magnesium und Vitamin C zur Nahrungsergänzung**



5 g Preiselbeere-Trinkgranulat (1 Sachet) enthält 2.5 g Preiselbeere- Trockenextrakt aus 25 g Preiselbeeren, 100 mg Magnesium und 30 mg Vitamin C.

Durch das spezifische Extraktionsverfahren werden im Preiselbeere Extrakt die wertbestimmenden Faktoren aus frischen, wildgewachsenen und erlesenen Preiselbeeren gewonnen. Zur Sicherung einer optimalen Qualität wird das Preiselbeere Trinkgranulat vom Rohstoff bis zum Endprodukt durch vielfältige Prüfungsverfahren auf Güte und Reinheit kontrolliert.

## Einnahmeempfehlung

Die übliche Tagesportion beträgt für den Normalbedarf 1-2 Sachets pro Tag. Den Inhalt von jeweils 1 Sachet (5 g) in einem Glas kaltem oder warmem Wasser auflösen. Zuerst das Wasser ins Glas geben, Trinkgranulat langsam einstreuen und bis zur vollständigen Auflösung umrühren. Die naturtrübe Zubereitung hat einen typisch herben Geschmack. Sie können dem fertigen Getränk nach Belieben Birnendicksaft, Ahornsirup oder o.ä. beimischen.

## Zutaten

Preiselbeere Trockenextrakt (Herkunft Preiselbeeren: Wildsammlung nördliches Europa), Magnesiumcitrat, Maltodextrin, Vitamin-C.

Nährwerte	100 g enthalten	1 Tagesportion (2 Sachets = 10 g) enthält
<b>Energiewert</b>	1586 kJ (373 kcal)	159 kJ (37 kcal)
<b>Eiweiss</b>	-	-
<b>Kohlenhydrate</b>	93 g	9.3 g
<b>Fett</b>	0.2 g	0.02 g
<b>Vitamin C</b>	0.6 g	60m g/100 %*
<b>Magnesium</b>	2.0 g	200 mg/67 %*
<b>Broteinheiten</b>		

\*RDA=Empfohlene Tagesdosis

Bei allen Angaben handelt es sich um Durchschnittswerte, welche natürlichen Schwankungen unterliegen