



### Zusammenfassung der Studien über ProShape



Prof. Iztok Ostan

Ausgabe 183/2004 der wissenschaftlichen Fachzeitschrift AURA enthält einen Artikel von Professor Iztok Ostan der Universität Ljubljana/Slowenien. Darin fasst er die 26 wissenschaftlichen Studien zusammen, die seit 1998 über die Anwendung von ProShape (MAP – Master Amino Acid Pattern) veröffentlicht wurden.

Professor Ostan, der selbst seit drei Jahren täglich ProShape nimmt, weist darauf hin, dass der Artikel einen rein informativen Charakter hat. Ärzte sowie Leser, die weitere Hintergrundinformationen wünschen, finden am Ende des Artikels ein Literaturverzeichnis.

#### Leicht verdaulich

Als erstes wird in dem Artikel beschrieben, dass Proteine lebenswichtig sind, aber als Nahrungsproteine auch eine Belastung für den Körper darstellen können, besonders bei geschwächten und älteren Menschen. Die Belastung findet in erster Linie in drei Bereichen statt: im Verdauungssystem (hier werden die Proteine verdaut und gespalten), in der Leber und den Nieren (diese Organe entfernen die Abfallprodukte der Nahrungsproteine, die die Zellen nicht verwenden). MAP, das Professor Lucà-Moretti entwickelt und zum Patent angemeldet hat, bietet für diese Probleme eine Lösung. Der Körper kann die in MAP enthaltenen Aminosäuren innerhalb von 23 Minuten aufnehmen, während dies bei Nahrungsproteinen 3 bis 5 Stunden dauert.

#### Weniger Abfallprodukte

Ein neuer Messwert, der NNU-Wert (NNU = Net Nitrogen Utilization, engl. für Netto-Stickstoff-Verwertung), gibt Auskunft darüber, wie viel Prozent der Proteine in den Zellen verwendet werden. Es hat sich gezeigt, dass 99 % der durch MAP bereitgestellten Proteine für den Zellaufbau genutzt werden und somit anabol wirken. Zum Vergleich: Eier weisen einen NNU-Wert von 48 % auf, bei Fleisch und Fisch liegt er zwischen 30 und 38 %, und bei Milch, Sojabohnen und Pflanzenproteinen sind es 16 bis 18 %. Die Proteine, die in den Zellen nicht verwertet werden, werden zum Teil in Energie umgewandelt, was einen Anstieg des Blutzuckerspiegels verursacht. Der Rest wird in der Leber und den Nieren zu Abfallprodukten verarbeitet und folgt dem katabolen Stoffwechselweg.

#### MAP als Nahrungsergänzung für Patienten

Professor Ostan schildert in seinem Artikel kurz, welche positiven Ergebnisse sich durch MAP in gesundheitlicher Hinsicht erzielen lassen. Verschiedene Ärzte und Wissenschaftler berichten, Patienten mit unterschiedlichen Leiden MAP als Nahrungsergänzung verabreicht zu haben. Darunter waren:

- Patienten mit verschlechterten Nieren- und Leberfunktionen
- Patienten mit gastrointestinalen Störungen
- Patienten mit Diabetes
- Patienten mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien oder Asthma
- Patienten mit schlechtem Blutbild
- Patienten, die Schmerzen durch Fettleibigkeit haben
- Patienten mit Herzinsuffizienz
- Patienten mit Atembeschwerden
- Patienten mit multiple Sklerose (MS)
- Patienten, die sich nach Frakturen und chirurgischen Eingriffen erholt haben

Der Beitrag ist in englischer Sprache erhältlich. Sie können ihn von unserer Website [www.de.goh.biz](http://www.de.goh.biz) herunterladen (siehe Download-Center unter der Überschrift „Weitere Produktinformationen und Anwendungshinweise“; Dateiname: MAP\_in\_Health\_Care\_article.doc.)

Darüber hinaus gibt es jetzt auf Deutsch ein nützliches Dokument mit einer

Dosierungsanleitung für ProShape. Es wurde zur Ergänzung der vorhandenen Informationen im Faltprospekt und Produktblatt erstellt.

Erklärt wird darin u. a. die Wirkungsweise von ProShape, die hinter dem NNU-Wert steht, und wie sich die richtige Dosierung mit Hilfe einer einfachen Formel ausrechnen lässt, wenn das Produkt als Ersatz für Nahrungsproteine dient.

Auch dieses Dokument steht zum Herunterladen für Sie bereit (siehe Download-Center unter der Überschrift „Weitere Produktinformationen und Anwendungshinweise“; Dateiname: MAP\_ProShape\_dosage\_Deutsch.pdf.)

### **ProShape wirkt!**

*"Dieses Produkt wirkt nicht nur - es wirkt sogar ziemlich schnell. Ich hatte mir eine Muskelzerrung zugezogen, die wochenlang sehr weh tat. Doch nachdem ich nur wenige Tage ProShape eingenommen hatte, ging es mir auf einmal deutlich besser. Ich verspüre jetzt auch mehr Energie bei meinem harten Training. Zwar habe ich erst eine Dose gekauft, aber ich kann dieses Proteinprodukt bereits empfehlen."*

**Jessica Clarén, Fitness- und Jogatrainerin**

Jessica Clarén



### **Voller Energie mit GOH-Produkten**

*"Mit den Produkten von GOH kam ich in Berührung, als ich trotz intensiven Trainings keine Muskeln aufbauen konnte. Da ich vegan lebe, lag die Ursache mit großer Wahrscheinlichkeit beim Eiweißmangel. Mein Physiotherapeut empfahl mir damals ProShape. An das erste Training mit MAP – ich versuche mich im klassischen Ballett – erinnere ich mich gut: Mein Stoffwechsel steigerte sich plötzlich, so dass mir innerhalb weniger Minuten warm wurde, die Beine schwangen so hoch wie nie, und sogar auf dem Nachhauseweg war ich voller Energie und blendender Laune. ProShape begleitet mich seitdem täglich, was mir meine Muskeln danken und sich in einem langsamen, aber stetigen Trainingserfolg niederschlägt."*

*Mit der Zeit kamen weitere Produkte von GOH hinzu, ich hatte sozusagen Feuer gefangen: Fehlt mir zum Beispiel Crystal Energy im Wasser, bleibt auch nach 2 Litern Wasserkonsum immer noch ein Durstgefühl zurück. Das Wasser scheint ohne Crystal Energy wirklich nicht in ausreichendem Maß dorthin zu gelangen, wo es benötigt wird – in den Zellen!*

*Active-H bewahrte mich in den letzten Jahren vor Infektionskrankheiten aller Art. Das ist als Lehrerein in einem Gymnasium mit ca. 1000 Schülern, von denen immer einige krank sind, normalerweise nicht einfach. Außerdem hilft mir Active-H durch den anstrengenden Unterrichtsalltag und bringt mich zu Hause energetisch wieder in Schwung."*

**Ilona Landgraf aus Würzburg**



*Leading the Wellness Revolution!*

[www.goh.biz](http://www.goh.biz)

[www.de.goh.biz](http://www.de.goh.biz)

[www.se.goh.biz](http://www.se.goh.biz)

[info@goh.biz](mailto:info@goh.biz)