



Für schönes Haar
– da gibt es was von biomo
Informieren Sie sich jetzt!

Inhaltsverzeichnis

Auf ein Wort – Aktiv für schönes Haar	3
Schönes Haar – für Ihr persönliches Wohlbefinden	4
Haarwachstumszyklus	5
Schönes Haar – da gibt es was von biomo	6
Was Sie über die wichtigsten Haar-Nährstoffe in hair intense biomo Kapseln wissen sollten	7
Was sollten Sie bei Ihrer Ernährung beachten?	8
Die richtige Haarpflege für schönes gesundes Haar	9
Haartest	10
Wie viele hair intense biomo Kapseln sollte ich wie lange einnehmen?	11
Was sollte ich beachten?	11
Wo erhalte ich weitere Informationen zu hair intense biomo?	11

Auf ein Wort – Aktiv für schönes Haar

Hätten Sie gewusst, dass beinahe jede zweite Frau und 60-80 % aller Männer im Verlauf ihres Lebens unter Haarfunktionsstörungen als Ursache von stumpfen, splissigen, dünnen Haaren und Haarausfall leiden? Das muss nicht sein!

Sie entscheiden selbst, ob Sie das einfach akzeptieren oder etwas dagegen tun.



Auf den folgenden Seiten erfahren Sie, was Sie für schönes gesundes Haar von innen heraus tun können.



Schönes Haar – für Ihr persönliches Wohlbefinden

Schöne gesunde Haare sind Ausdruck für Attraktivität, Schönheit und Gesundheit. Sie haben die Menschheit schon immer in Mythen und Sagen fasziniert. Schöne Haare in Glanz und Fülle sind attraktiv, fördern das Wohlbefinden und die Persönlichkeit. Haare bestimmen in erheblichem Maße unser Erscheinungsbild.

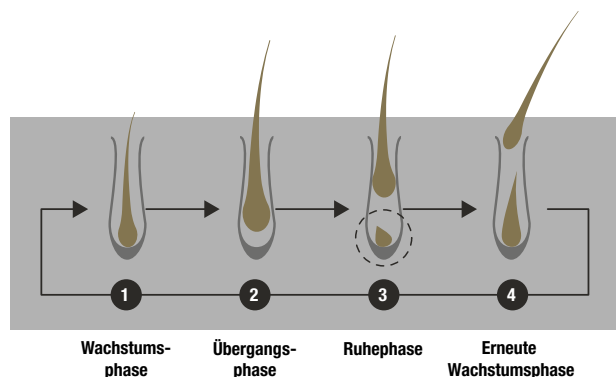
Deshalb ist der Friseurbesuch für viele essentiell. Auch Redewendungen zeigen, welche Bedeutung schöne und gesunde Haare für uns haben: „Ich liebe dich mit Haut und Haaren“ oder „Da stehen mir doch die Haare zu Berge“.

Die Beschaffenheit unserer Haare ist besonders heute wichtig für unsere Akzeptanz in der Gesellschaft und unser Selbstwertgefühl.

Haarwachstumszyklus

Jedes Haar unterliegt einem charakteristischen Wachstumszyklus aus Wachstum, Übergangsphase, Ruhephase und erneuter Wachstumsphase. Haarwachstum und Haarausfall sind nicht gleichgeschaltet.

Die einzelnen Haare befinden sich unabhängig voneinander in unterschiedlichen Lebensphasen. Da etwa 100.000 Haare auf dem Kopf wachsen, sind diese Lebensphasen nicht erkennbar.



1. Dauer der Wachstumsphase: 2-6 Jahre

Rund 85 % der Haare befinden sich in der Wachstumsphase.

2. Dauer der Übergangsphase: 3-4 Wochen

Rund 0,5-1 % der Haare befinden sich in der Übergangsphase.

3. Dauer der Ruhephase: 3-5 Monate

Rund 15 % der Haare befinden sich in der Ruhephase.

4. Erneute Wachstumsphase

Schönes Haar – da gibt es was von biomo

Innere und äußere Einflüsse können die Qualität Ihres Haares im Verlauf eines Lebens stark beeinflussen. So kann es durch eine Unterversorgung mit den wichtigen Haar-Nährstoffen Vitamin E, Vitamin C, Vitamin B6, Folsäure, Vitamin B12, Biotin (Vitamin B7) und den Mineralstoffen Zink, Kupfer, Selen zu Haarfunktionsstörungen als Ursache von stumpfen, splissigen, dünnen Haaren und Haarausfall kommen.

Zusätzlich können übermäßiger Stress und ungesunde Ernährung mit zu viel Zucker, Salz, Fetten und erhöhter Alkoholkonsum die Haare schädigen. Es empfiehlt sich daher, Ihre Haare mit den wichtigen Haar-Nährstoffen zu versorgen und sie so von innen heraus zu unterstützen.

hair intense biomo mit wichtigen Haar-Nährstoffen enthält eine von Experten zusammengestellte Kombination der wichtigsten Haar-Nährstoffe die sich durch einen besonders hohen Gehalt an Biotin auszeichnet, dessen besonderer Stellenwert für den Erhalt normaler Haare wissenschaftlich belegt ist.

hair intense biomo Kapseln enthalten Nährstoffe von höchster Qualität und werden nach deutschem Qualitätsstandard hierzulande hergestellt und kontrolliert. Sie zeichnen sich durch ihren einzigartig hohen Gehalt an Biotin aus, dessen positiver Einfluss auf die Haargesundheit von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) bestätigt wurde.

Was Sie über die wichtigsten Haar-Nährstoffe in hair intense biomo Kapseln wissen sollten

- Biotin, auch als Vitamin B7 bekannt, Selen und Zink tragen zum Erhalt normaler Haare bei.
- Kupfer trägt zu einer normalen Haarpigmentierung bei.
- Zink, Kupfer, Selen, Vitamin E und Vitamin C tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.
- Biotin, Vitamin B6, Vitamin B12 und Kupfer tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- Folsäure hat eine Funktion bei der Zellteilung, was u. a. wichtig für das Zellwachstum ist – wie z. B. der Zellen in den Haarfollikeln, die das Haar wachsen lassen und trägt zu einer normalen Blutbildung bei, wie z. B. der Bildung neuer roter Blutkörperchen, die u. a. Nährstoffe zu den Haarfollikeln transportieren.

Diese wichtigen Haar-Nährstoffe werden zum Erhalt von schönem gesunden Haar täglich vom Körper benötigt.

Um eine ausreichende tägliche Nahrungszufuhr dieser wichtigen Haar-Nährstoffe zu gewährleisten, empfiehlt sich eine regelmäßige tägliche Einnahme von hair intense biomo Kapseln über einen längeren Zeitraum, insbesondere bei Haarproblemen. Sie unterstützen so Ihr Haar von innen heraus.



Was sollten Sie bei Ihrer Ernährung beachten?

Vermeiden Sie möglichst raffinierten Zucker, eine übermäßige Zufuhr an Salz und Alkohol. Achten Sie stattdessen auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung mit vielen Vitaminen und Mineralstoffen, um Ihre Haargesundheit zu unterstützen.

Lebensmittel, wie z. B. Nüsse (schützen die Zellen durch Vitamin E vor oxidativem Stress), Haferflocken und Kürbiskerne (unterstützen mit Zink den Haarerhalt), Linsen (die neben Vitaminen und Ballaststoffen auch Eiweiß enthalten) oder auch Eier, die das Haar mit dem Faserprotein Keratin – einem der wichtigsten Bestandteile der Haare – versorgen, können etwas für die Schönheit Ihrer Haare tun.

Zudem ist auch auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr (kalorienarme Getränke wie z. B. Mineralwasser) zu achten, um die Haare optimal zu versorgen und einem Feuchtigkeitsmangel, der zu sprödem und brüchigem Haar führen kann, vorzubeugen.

Die richtige Haarpflege für schönes gesundes Haar

Ihre Haare werden mit zunehmendem Alter immer empfindlicher. Eine sachgerechte Pflege ist daher auch wichtig zum Erhalt von schönem gesunden Haar.

Vermeiden Sie daher:

- Zu starkes Kämmen, Ausbürsten und Toupieren
- Zu häufiges Waschen mit zu aggressiven Shampoos sowie Tönen, Färben und Dauerwellen
- Vermeiden Sie starke und häufige Hitzebelastung beim Föhnen und durch Sonneneinstrahlung
- Gehen Sie sorgfältig um mit Haarfestigern und Haarspray

Zu empfehlen sind:

- Wohltuende sanfte Kopfmassagen, welche die Durchblutung anregen
- Regelmäßige Haarpflege mit proteinreichen Pflanzenextrakten
- Eine ausgewogene Ernährung, reich an B-Vitaminen und Mineralstoffen
- Eine regelmäßige Nahrungsergänzung mit wichtigen Haar-Nährstoffen, die Ihr schönes, gesundes Haar von innen heraus unterstützt, wie z. B. hair intense biomo Kapseln



Haartest

Wir haben einige persönliche Fragen für Sie, die Ihnen eine schnelle Einschätzung liefern, ob Sie an Haarfunktionsstörungen leiden. Wenn Sie mindestens zwei der folgenden Fragen mit „ja“ beantworten, dann sind hair intense biomo Kapseln mit hoher Wahrscheinlichkeit Ihr optimaler Begleiter für mehr Haarbalance.

Finden Sie morgens vermehrt Haare auf Ihrem Kissen oder in Ihrem Kamm?

☐ Ja ☐ Nein

Fühlen Sie sich in Ihrem Alltag oft gestresst und Ihre Haare leiden mit?

☐ Ja ☐ Nein

Sorgt Ihre Alltagsroutine für unausgewogene Ernährung?

☐ Ja ☐ Nein

Leiden Sie unter verstärktem Haarverlust seit der Geburt Ihres Kindes?

☐ Ja ☐ Nein

Wirkt sich der Jahreszeitenwechsel auf Dichte oder Schönheit Ihres Haares aus?

☐ Ja ☐ Nein

Bemerken Sie vorübergehend zu geringen Haarwuchs oder vermehrten Haarausfall?

☐ Ja ☐ Nein

Werden Ihre Haare stark beansprucht durch Styling, Färben, UV-Licht, Salz- oder Chlorwasser?

☐ Ja ☐ Nein

Bewirken Wechseljahre oder andere hormonelle Veränderungen bei Ihnen erhöhten Haarverlust?

☐ Ja ☐ Nein

Wie viele hair intense biomo Kapseln sollte ich wie lange einnehmen?

Haar-Nährstoffe werden täglich vom Körper benötigt. Es empfiehlt sich daher täglich 1 Kapsel hair intense biomo mit viel Flüssigkeit zu oder nach den Mahlzeiten, über einen längeren Zeitraum insbesondere bei Haarproblemen, einzunehmen.

Was sollte ich beachten?

- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung.
- Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.
- Das Produkt ist für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sowie Schwangere und Stillende nicht geeignet.
- Dieses Produkt enthält Biotin. Wenn Sie sich einer Laboruntersuchung unterziehen, müssen Sie Ihrem Arzt oder dem Laborpersonal mitteilen, dass Sie Biotin einnehmen oder kürzlich eingenommen haben, da Biotin die Ergebnisse solcher Untersuchungen beeinflussen kann.
- Ab einer Menge von 3,5 mg Zink pro Tag sollte auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel verzichtet werden.

Wo erhalte ich weitere Informationen zu hair intense biomo?

Bei Fragen zu hair intense biomo Kapseln hilft Ihnen unser Service-Center unter 02242-8740-0 gerne weiter.



Josef-Dietzgen-Straße 3
53773 Hennef
Telefon: 02242/8740-0
Telefax: 02242/8740-499