

## proWund - Rezepte:

### Fruchtdrink:

150 ml Fruchtsaft (Orange, Mango, Johannisbeere, Multivitaminsaft...)  
100 ml Wasser  
2 EL proWund

### Bananenshake/Fruchtshake im Mixer:

250 ml Buttermilch  
1 Banane (Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren...)  
2 EL proWund

### Gemüsedrink:

150 ml Gemüsesaft (Karotte, rote Rübe, Gemüsecocktail..)  
100 ml Wasser  
2 EL proWund

### Cremiger Kaffee:

250 ml Milch nach Wahl  
1 kleiner Löffel Lösskaffee  
2 EL proWund

### Aromatisierter Kakao:

250 ml Milch nach Wahl  
1 kleiner Löffel Kakao  
2 EL proWund

### Topfenjoghurtcreme:

100 g Topfen  
1 kleiner Becher (ca. 150 g) Joghurt oder Kefir nach Wahl  
2 EL proWund

### Vanilleeis:

150 g Mascarpone (griechisches Joghurt)  
1 Kugel Vanilleeis  
2 EL proWund

**Tip:** Gönnen Sie sich die Shakes auch einmal mit der Zugabe von 1 EL Likör nach Wahl (Eierlikör, Kaffeeликör, Orangenlikör...)

## Das proWund - Konzept:

### Auffüllphase:

Verlorenes Eiweiß zu ersetzen und die Speicher für Vitamine, Antioxidantien und Spurenelemente wieder aufzufüllen, ist der erste Schritt eines optimalen Ernährungskonzeptes in Bezug auf eine erfolgreiche Wundbehandlung.

### Ärztliche Dosierungsempfehlung:

2 x tägl. 25 g (2 Messlöffel oder 1 Beutel) für 6 Wochen.

### Erhaltungsphase:

Damit sich die gefüllten „Speicher“ nicht wieder entleeren, wird die Einnahme von einmal tägl. proWund empfohlen.

### Ärztliche Dosierungsempfehlung:

1 x tägl. 25 g (2 Messlöffel oder 1 Beutel) bis zur Abheilung.

proWund reduziert bei regelmäßiger Einnahme das Risiko einer neuerlichen Wundentstehung.

## Zutatenliste:

Aminosäurebilanz:	Pro 100 g Eiweiß	Pro 100 g Produkt
L-Isoleucin**	4 g	2,3 g
L-Leucin**	6,6 g	3,8 g
L-Lysin**	6,1 g	3,4 g
L-Methionin**	1,9 g	1,1 g
L-Phenylalanin**	3,2 g	1,8 g
L-Threonin**	3,8 g	2,1 g
L-Tryptophan**	1 g	0,6 g
L-Valin**	4,5 g	2,6 g
L-Arginin	13 g	7,6 g
L-Cystein	0,8 g	0,4 g
L-Histidin	2,1 g	1,2 g
L-Tyrosin	3,2 g	1,8 g
L-Alanin	2,7 g	1,5 g
L-Asparaginsäure	6,2 g	3,5 g
L-Glutaminsäure	15 g	8,6 g
Glycin	1,3 g	0,8 g
L-Prolin	6,5 g	3,7 g
L-Serin	4,1 g	2,3 g
L-Glutamin	13,4 g	7,6 g

\*\* essentielle Aminosäuren

Nährwerte:	Pro 100 g	Pro Portion*
Energie (kJ)	1635 kJ	409 kJ
Energie (kcal)	385 kcal	96 kcal
Fett	2,1 g	0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,2 g	0,3 g
Kohlenhydrate	27 g	6,7 g
davon Zucker	30 g	7,6 g
Ballaststoffe	1,1 g	0,3 g
Eiweiß	63 g	16 g
Salz	0,1 g	0,0 g

	Pro 100 g	Pro Portion*
Vitamin A (RE)	1385 µg	346 µg
Vitamin D	10 µg	2,6 µg
Vitamin C	482 mg	120 mg
Vitamin E (TE)	50 mg	13 mg
Thiamin	1,9 mg	0,5 mg
Riboflavin	5,8 mg	1,5 mg
Vitamin B6	2,8 mg	0,7 mg
Folsäure	376 µg	94 µg
Vitamin B12	15 µg	3,6 µg
Niacin (NE)	32 mg	7,9 mg
Biotin	102 µg	26 µg
Pantothenensäure	12 mg	3 mg
Magnesium	392 mg	98 mg
Selen	127 µg	32 µg
Zink	19 mg	4,9 mg



**proWund**  
FUNCTIONAL NUTRITION

- Arginin
- Glutamin
- Zink
- Selen
- Vitamin C

ORANGE-JOGHURT

Ihr aktiver Beitrag zur **Wundheilung**



Wundheilung

Zahnheilkunde

Sportverletzungen

Bestellkarte ausschneiden und abschicken

Hiermit bestelle ich:

Stück proWund Dose 700 g pro Dose € 81,40  
(1 Dose = 1 Monatsbedarf)

Stück proWund Faltpackung 350 g pro Faltpackung € 43,54  
(1 Faltpackung mit 14 Einzelbeutel = 14 Tagesbedarf)

GRATIS: 1 Stück proWund Shaker  
Wenn gewünscht bitte ankreuzen

Preise inkl. 10% MwSt. Bezahlen Sie bequem per Rechnung (der Lieferung beigelegt)  
Versandkostenfrei ab einer Bestellung von € 50,- darunter verrechnen wir € 4,20 (innerhalb Österreich)

Weitere Bestellmöglichkeiten:

Online Shop: [www.publicare.at](http://www.publicare.at)  
E-Mail: [bestellung@publicare.at](mailto:bestellung@publicare.at)

Telefon-Hotline: 0800 080 100  
Fax: +43 (0)7229/70 560 60

## Warum ist **proWund** so wichtig:

Eine ausgewogene Ernährung ist die Basis für unsere Gesundheit. Jeder Mensch braucht eine ausreichende Versorgung mit Eiweiß, Kohlenhydraten, Vitaminen, Spurenelementen und Flüssigkeit.

In besonderen Situationen ist der Bedarf an Nährstoffen erhöht und kann nicht mehr ausreichend über die Nahrung aufgenommen werden. Für eine schnellere Wundheilung spielt neben dem ärztlichen Therapiekonzept wie z.B.: die Auswahl des optimalen Verbandes das richtige „Essen“ eine wesentliche Rolle. **Proteine sind unser Ersatzteillager**, aus dem der Körper Schäden und Wunden „repariert“. Die Nährstoffe sind vor allem bei länger bestehenden Wunden schnell aufgebraucht bzw. steigt der Bedarf an Proteinen im Alter.

**L-Arginin ist unter den Aminosäuren besonders**, denn es enthält mit vier Stickstoffgruppen mehr Stickstoff (N) als alle anderen Aminosäuren. Nur aus **Arginin** kann der Körper das gefäßaktivierende Molekül NO (Stickoxid) bilden. Stickoxid steuert die Weitung der Gefäße (verbessert die Kapillardurchblutung) reguliert den Blutzuckerspiegel und den Blutdruck.

**Um die Aufnahme zu Verbessern empfiehlt es sich in Kombination mit anderen Aminosäuren wie z.B.: L- Glutamin.**

Ein erhöhter Bedarf an **L-Glutamin** ist besonders nach Operationen oder bei Verletzungen/Verbrennungen nachweisbar. Auch bestehende Infektionen können zu einem rapiden Anstieg des **L-Glutamin-Bedarfs** führen. **L-Glutamin reguliert den Säure Basen Haushalt und wirkt damit positiv auf Stoffwechselprozesse.**

Krankheit und Stress bilden freie Radikale, die auf lange Sicht im Körper viele Probleme machen können. Freie Radikale werden von Antioxidantien abgefangen. **Vitamin C ist einer der besten Radikalfänger.** Bei der Heilung und Neubildung von Zellgewebe sowie bei der Stabilisierung vorhandener Zellen sind **Zink und Selen** bedeutend.

**Fazit: Einseitige Ernährung, Verlust von Vitaminen und Mineralstoffen, sowie deren gesteigerter Bedarf im Zuge der Wundheilung, machen die Unterstützung durch **proWund** unverzichtbar.**

**proWund vereint alle wichtigen Inhaltsstoffe in einem diätischen Lebensmittel und ist so für Sie eine einfache und sichere Unterstützung bei Ihrem Heilungsprozess.**

**proWund - Zum Diätmanagement bei Wundheilungsstörungen und Krankheiten mit erhöhtem Nährstoffbedarf.**

Erhältlich in folgenden Packungsgrößen:

PZN: 3744391 Dose **1 Dose proWund = 700 g = 28 Portionen**

PZN: 3895523 Beutel **14 Beutel in der Faltschachtel = 350 g = 14 Portionen**

## Wundheilung

- Wundheilungsstörungen bei chronischen Wunden, Stomata, etc.
- Dekubitus
- Ulcus cruris (Unterschenkelgeschwür)
- Diabetisches Fußsyndrom (DFS)
- Prä- und postoperativ z.B.: plastische Chirurgie, Zahnchirurgie
- Nach einer Halluxoperation
- Verbrennungen
- Malnutrition (Mangel- und Unterernährung)
- Gewichtsverlust durch verzehrende Erkrankungen (Katabolie)



## Zahnheilkunde

- Operative Zahntentfernungen
- Wurzelspitzenresektionen
- Entfernung von Weisheitszähnen
- Entfernung von Zysten
- Spezielle Eingriffe im Bereich der Prothetik
- Schlotterkammernentfernung
- Kieferkammkorrektur
- Vorbereitung für die Implantologie (Augmentation, Sinuslift)
- Implantate sind künstliche Zahnwurzeln, die operativ in den Kieferknochen eingebracht werden. Auf die Implantate wird nach mehrmonatiger Einheilzeit im Knochen eine prothetische Versorgung (Krone, Brücke, Steg für eine Prothese, Teleskopkronen, Konuskronen) aufgebaut.



## Sportverletzungen

- Frakturen Arm- oder Beinknochen
- Große Fraktur und Operation
- Prellungen von mehr als zwei Gelenken
- Muskelverletzungen
- großflächige Schürfwunden
- tiefergehende Schnitt-, Quetsch-, Stichverletzungen
- großflächige Fußballstollen-Verletzungen
- Abszesse (oft bei Radrennfahrer)
- kleinere Knochenbrüche im Hand- und Fußbereich
- Bänder- und Meniskusverletzungen bzw. Operationen
- Ermüdungsfrakturen
- Schleimbeutelverletzung Knie, Hüfte und Schulter
- Zerrung oder Prellung im Bereich eines Gelenks
- Außenbandriss
- Schürfwunden
- Muskelriss
- Verletzungen am Knie
- Schuhrandprellung
- starker Muskelkater
- Beinhautentzündung
- Serienrippenfraktur
- Schlechte Wundheilung
- Prothetik

## proWund - Zubereitung und Tipps:

### Zubereitung:

25 g **proWund** (2 Messlöffel bzw. 2 gehäufte Esslöffel oder 1 Beutel) mit 250 ml Milch (Vollmilch, Magermilch, Sojamilch, Hafermilch, Reismilch...), Wasser oder diverse Frucht- oder Gemüsesäfte im Shaker, Mixer oder mit Schneebesen verrühren.

### Diabetiker: 0,6 BE pro Portion

25 g (2 Messlöffel bzw. 2 gehäufte Esslöffel oder 1 Beutel) **proWund** in 250 ml Wasser

Je nach Rezept können Sie **proWund** geschmacklich und kalorisch flexibel zubereiten.

### Kalorienbewusst:

96 kcal pro Portion. 25 g **proWund** (2 Messlöffel bzw. 2 gehäufte Esslöffel oder 1 Beutel) in 250 ml Wasser

**Hochkalorisch:** in Vollmilch, Grießbrei, Haferbrei, Mixen mit Vollmilch und Bananen, Topfen, Pudding...

**Tip:** Köstlicher Genuss auch gemixt in Orangen-, Mango-, Multivitaminsaft, Karotten- und Roter Rübensaft, Milch mit Lösskaffee, Kakao, Trinkjoghurt, Eiscreme oder in warme Kürbis- und Karottensuppen und vieles mehr...



**proWund** schmeckt nach Orange Joghurt

**Bitte nicht kochend erhitzen, keine frisch gepressten Orangen oder Zitronensäfte verwenden!**

Bestellkarte bitte ausschneiden und abschicken

## BESTELLKARTE

Name:

Straße:

PLZ / Ort:

E-Mail:

Telefon:

Porto  
zahlt  
Empfänger

Publicare GmbH  
Neuhauserweg 16  
4061 Pasching