

**ESPRICO®**Omega-3  
EPA/DHAOmega-6  
GLA

Magnesium

Zink

## ESPRICO®

ist ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung von AD(H)S (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung), die mit Konzentrationsproblemen und Lernstörungen einhergeht.

## ESPRICO®

**ESPRICO®** wurde auf Grund des wissenschaftlichen Erkenntnisstandes für die Ernährungsbedürfnisse bei AD(H)S entwickelt. Die fruchtigen Kaukapseln enthalten Seefischöl mit einem hohen Omega-3-Konzentrat sowie Omega-6-Fettsäuren. Dadurch ist **ESPRICO®** besonders reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Zusätzlich sind noch die Mineralstoffe Magnesium und Zink enthalten.

**ESPRICO®** besteht aus einer ausgewogenen Mischung von Seefischöl und Nachtkerzenöl und ist deshalb reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Dadurch entspricht **ESPRICO®** den besonderen Ernährungserfordernissen bei AD(H)S und deckt den medizinisch bedingten Nährstoffbedarf. Aufgrund des speziellen Bedarfs bei AD(H)S ist der Gehalt an Mineralstoffen und Vitaminen angepasst, der Gehalt an Magnesium und Zink ist erhöht.

## Omega-Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren zählen zu den mehrfach ungesättigten und gleichzeitig zu den essentiellen Fettsäuren. Essentiell deshalb, weil wir selbst nicht in der Lage sind, diese Fettsäuren herzustellen, aber auch nicht auf sie verzichten können!

Einseitige Ernährung oder unstetes Essverhalten kann leicht zu einem Ungleichgewicht in der Zufuhr von Fettsäuren mit der Nahrung führen. Durch den Verzehr von Fisch (zum Beispiel Hering, Thunfisch, Makrele und Lachs), verschiedenen Pflanzenölen und grünem Gemüse können dem Körper diese Fettsäuren zugeführt werden.

Besonders erwähnenswert sind hier die Omega-3-Fettsäuren EPA (Eicosapentaensäure) und DHA (Docosahexaensäure) sowie die Omega-6-Fettsäure GLA (Gamma-Linolensäure).

## Mineralstoffe

Mineralstoffe wie z.B. Magnesium und Zink müssen mit der Nahrung zugeführt werden, da der Körper Mineralstoffe nicht selbst bilden kann. Mineralstoffe sind weder tierischen noch pflanzlichen Ursprungs, sondern anorganisch und zumeist metallisch.

Gute Magnesiumlieferanten sind Vollkorngetreide, Sojabohnen, Maniok und Alaska-Seelachs.

Gute Zinkquellen sind Rindfleisch, verschiedene Käsesorten, Eigelb, Schweinefleisch, Truthahn, Ente und Fasan.

## Nährwertangaben **ESPRICO®**

Nährwertangaben	pro Portion 2 Kapseln	pro 100 g
Brennwert	26 kJ (6 kcal)	1300 kJ (300 kcal)
Eiweiß	0,2 g	10 g
Kohlenhydrate davon Zucker	0,4 g -	20 g -
Fett davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g 0,14 g	25 g 7 g
Eicosapentaensäure (EPA)	200 mg	10 g
Docosahexaensäure (DHA)	20 mg	1 g
Gamma-Linolensäure (GLA)	2,7 mg	0,135 g
Ballaststoffe	-	-
Natrium	-	-
Magnesium	40 mg (10,5%*)	2000 mg (535%*)
Zink	2,5 mg (25%*)	125 mg (1250%*)

\* Referenzwert gemäß EU-Richtlinie über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln.

Eine Kapsel **ESPRICO®** enthält 185 mg Xylit entspr. 0,015 BE.

**ESPRICO® ist frei von** Glutamaten (Geschmacksverstärkern), Phthalaten (Weichmachern), Gluten (Klebereiweiß), Lactose (Milchzucker) und ohne Konservierungsstoffe.

**Zutaten** (pro 100 g): 33,5% Seefischöl mit hohem Gehalt an Omega-3-Konzentrat (33,5 g), Xylit, Feuchthaltemittel Glycerin, Magnesiumcitrat (12,4 g), Gelatine, modifizierte Stärke, Öl pflanzlich (Soja), mittelkettige Triglyceride (2,8 g), 2,3% Nachtkerzenöl (2,3 g), Orangenaroma, Emulgator Lecithine aus **Sojabohnen**, Zinkgluconat (0,9 g), Säuerungsmittel Citronensäure, Farbstoffe Eisenoxid und Titandioxid, Süßstoff Acesulfam-K.

## **ESPRICO® – höchste Qualität ist eine Selbstverständlichkeit**

- Reines und schonend weiterverarbeitetes Seefischöl.

- Alle Öle werden streng auf Schwermetalle und andere Schadstoffe geprüft.

**Gebrauchsanweisung:** Kinder ab 5 Jahren verzehren täglich morgens und abends jeweils 2 Kapseln während oder nach einer Mahlzeit. Die Kapseln können direkt zerkaut oder mit etwas Flüssigkeit verzehrt werden. Darüber hinaus kann der Kapselinhalt auch direkt auf einen Löffel ausgedrückt oder in eine andere Speise eingerührt werden.

**Wichtige Hinweise:** Für Kinder ab 5 Jahren. **ESPRICO®** muss unter ärztlicher Aufsicht verwendet werden. **ESPRICO®** ist eine ergänzende bilanzierte Diät. **ESPRICO®** sollte nicht bei Allergien gegen eine der Zutaten wie z.B. Fisch oder Nachtkerze verzehrt werden.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

## **Aufbewahrungshinweis:**

Da Fettsäuren sehr licht- und wärmeempfindlich sind, sollten die Kapseln, am besten immer in der Faltschachtel, kühl und trocken gelagert werden.

**ESPRICO®** gibt es in den Packungsgrößen **ESPRICO® -60** Kapseln und **ESPRICO® -120** Kapseln.

**Stand der Information** Januar 2014



**ENGELHARD**  
Arzneimittel

Engelhard Arzneimittel GmbH & Co. KG,  
Herzbergstr. 3, 61138 Niederdorfelden  
Tel.: 061 01/539-300, Fax: 061 01/539-315  
Internet: [www.engelhard-am.de](http://www.engelhard-am.de)  
e-mail: [info@engelhard-am.de](mailto:info@engelhard-am.de)