

Erfolgreich Panaktiv trinken, die wichtigsten Fragen.

- **Wie lange hält sich die geöffnete Flasche?**

Lagern Sie die gut verschlossene Flasche nach Anbruch am besten im Kühlschrank und verbrauchen Sie sie innerhalb von 10 Tagen.

- **Wann nehme ich Panaktiv?**

Panaktiv kann zu jeder Tageszeit getrunken werden, am besten bekömmlich ist es zwischen den Mahlzeiten. Manche Kunden berichten, mit einem Glas Panaktiv am Abend besser ein- und durchschlafen zu können.

- **Wie lange soll ich Panaktiv trinken?**

Die regelmässige Zufuhr von Wirkstoffen ist wichtig, da der Körper sie nur kurz speichern kann. Wir empfehlen daher die tägliche Einnahme, am besten aber eine Kur von 8 Wochen. Unsere Erfahrung zeigt, dass viele bald zu regelmässigen Panaktiv Kunden werden und das teilweise über Jahrzehnte. Das ist sicher auf die gute Wirkung von Panaktiv zurückzuführen.

- **Kann ich auch mehr Panaktiv trinken?**

Manche Menschen brauchen wegen höherer Belastung mehr Vitamine. Dazu zählen Sportler, Schwangere und Stillende, Vegetarier und Diabetiker. Bierhefe hilft nach Krankheit wieder zu Kräften zu kommen. Auch wenn Sie das Gefühl haben, mehr Panaktiv könnte Ihnen gerade gut tun: Es spricht nichts dagegen, die Menge zu erhöhen. Panaktiv ist ein wertvolles Lebensmittel, das man nicht überdosieren kann.

- **Ich habe einen empfindlichen Magen**

Trinken Sie Panaktiv zimmerwarm und nicht direkt aus dem Kühlschrank. Manchmal ist es auch hilfreich, die tägliche Menge auf zwei Portionen über den Tag aufzuteilen.

- **Was tun bei Neigung zu Blähungen?**

In den ersten Tagen kann Bierhefe bei Empfindlichen, bei Schwangeren oder bei zu geringer Säurebildung im Magen zu Blähungen führen. Dann hilft ein Teelöffel Obstessig in Panaktiv eingerührt: Der Magen wird angeregt und die Hefezellen werden optimal verdaut.

- **Macht Panaktiv dick?**

Nein, eine Portion Panaktiv hat nur 62kcal. Damit eignet es sich besonders für Diäten, um einem Vitamin-Mangel vorzubeugen.

- **Ist Panaktiv auch für Diabetiker geeignet?**

Auf jeden Fall! Bierhefe ist mit 4g Kohlenhydraten (dies entspricht 0.4BE) pro Tagesportion zuckerarm. Und sie liefert die für Diabetiker besonders wichtigen Vitamine B1, B6, B12 und Folsäure, die Mineralstoffe Magnesium und Kalium sowie Chrom, Selen, Mangan und Zink.

- **Warum ist Panaktiv flüssig?**

Bierhefe ist flüssig. Erst wenn man sie industriell mit Hitze trocknet, wird sie pulvrig und kann zu Tabletten verpresst werden. Das ist aber ein erheblicher Eingriff, unter dem gerade die Vitamine und das Eiweiss leiden. Panaktiv ist also die naturnahe und natürlich-vitaminreiche Hefe-Zubereitung.