Burgerstein Vitamine

# Vitamin D3

**600 I.E.**

**Inhalt**
100 St. / Kapseln
PZN 3468732
UVP 14,90 €

**Verzehrempfehlung**
1 Kapsel / Tag

**Ohne**
künstliche Aromen, künstliche Konservierung, künstliche Farbstoffe, Gentechnik

**Frei von**
Fruktose, Laktose, Gluten, Hefe, Erdnussöl, Sojaprotein/-lezithin, Kristallzucker, Sorbit

## Das Sonnenvitamin für Klein & Groß.

Vitamin D trägt zur Aufnahme von Kalzium sowie zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Außerdem unterstützt es bei Erwachsenen die Erhaltung normaler Knochen und der normalen Muskelfunktion. Bei Kindern wird Vitamin D für ein gesundes Wachstum und eine gesunde Entwicklung der Knochen benötigt.

Vitamin D3, auch Cholecalciferol genannt, ist die Vitamin-D-Form, die unsere Haut aus Cholesterin synthetisiert, wenn sie der Sonne ausgesetzt wird (UV-B). Die Aktivierung von Vitamin D3 erfolgt in der Leber, die weitere Umwandlung in Calcitriol geschieht in der Niere.

- **Cholecalciferol** (auch Colecalciferol oder kurz Calciol) ist die wichtigste physiologische Form des Vitamin D im Menschen. Cholecalciferol ist die Vorstufe des aktiven Vitamin D, welches eine zentrale Rolle bei der Regulation des Calcium- und Phosphatstoffwechsels spielt. Es wird als Monopräparat zur Vorbeugung und Behandlung eines Vitamin-D-Mangels eingesetzt. In Kombination mit Calcium wird es gegen die Osteoporose verwendet. Cholecalciferol wird im Körper zum aktiven Wirkstoff Calcitriol umgewandelt.

## Vitamin D3 600 I.E. unterstützt...

- **… bei der Aufnahme und der Verwertung von Kalzium in den Knochen**
  Fehlt Vitamin D, wird kein Kalzium in die Knochen eingelagert, sondern aus der Knochensubstanz freigesetzt, um den Kalziumspiegel im Blut konstant zu halten. Geschieht das über längere Zeit, kommt es zu einer Abnahme der Knochendichte.
- **… das Immunsystem**
- **… ältere Personen**
  Mit zunehmendem Alter ist die körpereigene Vitamin D Produktion weniger effizient
  Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne sowie der normalen Muskelfunktion bei
- **… Kinder**
  Vitamin D wird für ein gesundes Wachstum und eine gesunde Entwicklung der Knochen benötigt
  Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei Kindern bei
- **… Personen, die sich wenig im Freien aufhalten**
  Vitamin D3 wird natürlicherweise in der Haut unter dem Einfluss von UV-Strahlen gebildet. In unseren Breitengraden ist die Sonnenstrahlung in den Wintermonaten für eine ausreichende Produktion von Vitamin D zu wenig intensiv

## Vitamin-D-Bestimmung

Besteht ein Verdacht auf eine Erkrankung, die im Zusammenhang mit Vitamin-D-Mangel stehen könnte, sollte man auf jeden Fall eine Vitamin-D-Bestimmung machen lassen.

Calcitriol, die aktive Form des Vitamin D, liegt im Blut nur in sehr niedriger Konzentration vor und ist schwierig zu messen. Zudem hat es eine kurze Halbwertszeit und der Calcitriol-Wert gibt oft keine zuverlässige Information über die Vitamin-D-Reserven im Körper. Zur Diagnose eines Vitamin-D-Mangels besser geeignet ist die Speicherform Calcidiol (25-Hydroxy-Vitamin D). Diese wird in den meisten Labors bestimmt.

Bereits Ende 2010 kam das Institute of Medicine (IOM) der US-amerikanischen National Academy of Sciences zur Empfehlung, einen Blutspiegel von 20 ng/ml anzupeilen. Das IOM hatte zuvor fast 1000 Studien mit Vitamin D und/oder Calcium unter die Lupe genommen. Dabei ließ sich zum einen der seit Langem bekannte Zusammenhang zwischen Vitamin-D-Versorgung und Knochenqualität bestätigen.

| Nährwerte | Pro Tagesportion (1 Kapsel) | NRV* |
|---|---|---|
| Vitamin D3 | 15,00 µg | 300% |

*NRV = Referenzmenge für die tägliche Zufuhr nach EU-Lebensmittel- informationsverordnung (LMIV)

**Zutaten:** Rapsöl, Speisegelatine, Feuchthaltemittel (Glycerin, Sorbit), Cholecalciferol.

**Zusätzliche Informationen:** Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für abwechslungsreiche Ernährung dar. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern und bei Raumtemperatur lagern - bitte beachten Sie die entsprechenden Packungshinweise. | UVP: unverbindlicher Verbraucher Preis.