Burgerstein Vitamine

Eisen vegan

Inhalt
150 St. / Minitabletten
PZN 5849303
UVP 16,90 €

Verzehrempfehlung
1 Minitablette / Tag

Ohne
Gentechnik, künstliche Aromen, künstliche Farbstoffe, künstliche Konservierung

Frei von
Erdnuss, Fruktose, Gelatine, Gluten, Hefe, Kristallzucker, künstlichen Süßstoffen, Laktose, Sojaprotein/-lezithin, Zuckeraustauschstoffen

ENERGIEGELADEN UND VEGAN.

Burgerstein Eisen vegan enthält organisches Eisen, welches eine gute Bioverfügbarkeit auszeichnet. Eisen und Vitamin B12 tragen zu einer normalen Funktion des Energiestoffwechsels und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Eisenmangel ist weltweit die häufigste Mangelerscheinung des Menschen. Er entwickelt sich schleichend, im kleinen Blutbild oftmals noch nicht nachweisbar. Dabei ist Eisen für alle lebenden Zellen ein lebenswichtiges Spurenelement.

Das Produkt zeichnet eine **gute Verträglichkeit**, eine **einfache Einnahme** (kleine Minitabletten) und der **praktische Click-Spender** aus. Zudem ist das Produkt flexibel einsetzbar und **kann gut mit anderen Produkten kombiniert werden**, um einen Eisenmangel oder einen Eisenmehrbedarf gut abdecken zu können.

Eisen ist in vielen pflanzlichen Lebensmitteln enthalten, jedoch in einer weniger gut verwertbaren Form von Nicht-Häm-Eisen. Phytate aus Getreide oder Hülsenfrüchten sowie Polyphenole in Kaffee oder Schwarztee reduzieren die Aufnahme von Eisen erheblich. Im Gegensatz dazu ist Häm-Eisen ausschließlich in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten und Eiern enthalten und weist eine deutlich bessere Bioverfügbarkeit auf. **Vitamin B12** kann bei rein veganer Ernährung nicht ausreichend über Lebensmittel aufgenommen werden, da es hauptsächlich in tierischen Produkten enthalten ist. Daher ist die zusätzliche Einnahme von ...

Eisen vegan unterstützt ...

- **... Schwangere und Stillende**
  haben einen Bedarf von ca. 20 bis 30 mg pro Tag (lt. deutschen Gesundheitsbehörden). Eisen trägt zur normalen Blutbildung bei.
- **... Frauen während der Menstruation**
- **... Veganer:innen**
  Eisen wird besser aus tierischen Lebensmitteln aufgenommen, dadurch kann es zu Mangelerscheinungen kommen.
- **... Kinder & Jugendliche**
  Es entsteht ein Mehrbedarf durch das Wachstum, welches oft nicht über die Ernährung gedeckt werden kann. Die Eisenzufuhr sollte lt. DGE zw. 8 und 10 mg liegen (Kinder zw. 1 und 9 Jahren).
- **... bei Sport**
  Eisen hat einen enormen Einfluss auf den Sauerstofftransport im Blut. Bei Sportlern:innen kann es vor allem im Ausdauersport zu Mangelerscheinungen kommen.

Nährwerte	Pro Tagesportion (1 Minitablette)	NRV*
Eisen	5,00 mg	36%
Vitamin B12 (Cobalamin)	2,50 µg	100%

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

Zutaten: Füllstoffe (Calciumphosphate, Cellulose), Eisenfumarat, Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose, Cellulose, Talkum, Glycerin), Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren), modifizierte Stärke, Rapsöl, Farbstoffe (Eisenoxide und Eisenhydroxide), Cyanocobalamin.

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.

Wichtige Informationen: Gut geeignet als langfristige Ergänzung bei eisenarmer Ernährung.