Vitamin D3 – Plus

Vitaminkomplex D3, K2 und B

Unser Körper bildet mit UVB-Sonnenlicht Vitamin D3 (Cholecalciferol). Darum wird Vitamin D3 auch oft als „Sonnenvitamin" bezeichnet. Vitamin D3 gilt in Fachkreisen als ein wichtiges Vitamin und Antioxidant in der Fettphase.

Vitamin D3 Mangel

Kann die Gesundheit und die Psyche beeinträchtigen. Das zeigt eine neue Studie der „Harvard Medical School". Die Studie dürfte vor allem für Menschen unserer Breitengrade interessant sein, da in Mitteleuropa die Zufuhr des Vitamins D3 deutlich unter dem empfohlenen Referenzwert liegt. Menschen, die sich aufgrund ihres Berufes viel in geschlossenen Räumen aufhalten und ältere Menschen, die kaum an die frische Luft kommen, sind besonders gefährdet. Sie zeigen oft ein erhöhtes Risiko.

Winterliche Jahreszeit mindert Vitaminzufuhr.

Wenn es draussen im Winter kaum mehr hell wird, leiden viele Menschen an einer mangelnden Sonnenbestrahlung. Das schlägt sich nachweislich aufs Gemüt, wie die Medizin und Naturheilkunde wissen. Denn unsere Stimmungslage und Gesundheit ist massgeblich von den UV-Strahlen der Sonne abhängig. Der Organismus sollte sich einen massgeblichen Teil des wertvollen Vitamins D3 über die Sonneneinwirkung holen. Denn Vitamin D3 wird auf der menschlichen Haut gebildet. Der Rest sollte über die tägliche Nahrungszufuhr aufgenommen werden.

Unzureichende Aufnahme über die Nahrung.

Vitamin D3 findet man vor allem in fettem Fisch, Lebertran, Innereien sowie in geringen Mengen in Milch, Eiern, Butter. Der Konsum von Milch, Eiern oder Butter, welche in unseren Breitengraden am häufigsten gegessen wird, ist jedoch zu gering. Auch wenn sich Menschen vollwertig und ausgewogen ernähren, können lediglich 200 bis 400 I.E. pro Tag über Lebensmittel aufgenommen werden. Kinder nehmen aufgrund der geringeren Nahrungszufuhr nur 100 bis 200 I.E. täglich auf.

Woraus wird Vitamin D3 hergestellt?

Das im Handel erhältliche natürliche Vitamin D3 stammt aus zwei Quellen: Lebertran oder einem Extrakt aus Lanolin einem Wachs aus Schafwolle. Wenn Vitamin D3 aus Lanolin hergestellt wird, gilt als vegetarisch (dem Tier wird kein Schaden zugefügt, es wird lediglich geschoren), aber es gilt nicht als vegan.

Vitamin D3 als Nahrungsergänzung:

Auf Grund der neuesten Studienresultate, empfiehlt beispielsweise die „Canadian Food Inspection Agency" präventive Vitamin D3 Gaben.

Vitamin K2

Die wenigsten wissen, wie wichtig Vitamin K2 für den Körper ist. Vitamin K ist für die Aktivierung von zwei wichtigen Transportproteinen verantwortlich. Ohne diese Aktivierung kann aufgenommenes Calcium nicht in die Knochen und Zähne eingebaut werden. Es lagert sich stattdessen an anderen Orten ab. Zum Beispiel in den Blutgefässen. Auf Grund der neuesten Studienresultate, der Empfehlung der „Canadian Food Inspection Agency" und aus Sicht der mitochondrialen Medizin empfehlen wir auch die Gabe von Vitamin K2.

Vitamin B-Komplex

B Vitamine sind sehr essenziell für die täglichen Prozesse in unseren Körper. Jedes der B Vitamine übernimmt ganz bestimmte Aufgaben. Dabei unterstützen sie sich gegenseitig. Fehlt ein Vitamin B, können die anderen B Vitamine nur mit halber Leistung arbeiten. Aus diesem Grund ist es sinnvoll Vitamin B als Komplex einzunehmen, der ein ausgewogenes Verhältnis aller B Vitamine enthält. Das sind auf Grund der Studienresultate, und der Empfehlung der „Canadian Food Inspection Agency": B1 = 13mg, B2 = 15mg, B3 = 150mg, B5 = 60mg, B6 = 15 mg, B7 = 0.6mg, B9 = 4 mg, B12 = 0.03mg. Dieser B-Komplex ist zusammen mit dem Vitamin K2 in einer Kapsel Vitamin D3 Plus enthalten. Für indikationsorientierte Auskünfte fragen Sie Ihren

- Arzt
- Therapeuten
- Drogisten
- Mitglieder der Swiss Mitochondrial Medicine Association

Inhaltsstoffe und -menge pro Kapsel:

Cholecalciferol (D3) 100µg	4000 I.E.
Niacinamid (B3)	150.0 mg
Erbsenfaser	100.0 mg
Calcium-D-pantoth. (B5)	60.0 mg
Pyridoxinhydrochlorid (B6)	10.0 mg
Thiaminmononitrat (B1)	13.0 mg
Riboflavin (B2)	10.0 mg
Piperine (Pfefferextrakt)	5.0 mg
Folsäure (B9)	2.7 mg
D-Biotin (Vit. H)	0.6 mg
Menachinon (K2, all-trans MK7)	80 mcg
Cyanocobalamin (B12)	30 mcg
Hypericin (Johanniskrautextrakt)	30 mcg

Darreichungsform:

Nutrition-World bietet Vitamin D3 Plus in Dosen mit 100 Kapseln an.

Wirkungen / Nebenwirkungen:

Nebenwirkungen sind keine bekannt.

Dosierungsempfehlung:

siehe Produkt-Etikette

In der Europäischen Union EU, Liechtenstein und der Schweiz ist es Aufgrund gesetzlicher Vorgaben untersagt, im Zusammenhang mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, gesundheitsbezogene Aussagen zu machen. Ihr Arzt, Therapeut, Apotheker oder Drogist wird Sie gerne über deren Wirkungen in Bezug auf Gesundheit und Lebensqualität informieren.

Ein Produkt der

NUTRITION-WORLD-GROUP Corp.

Mail: nutrition-world@cellpro.at

Website: www.nutrition-world.at