



## Vitamin D3 2.000 I.U. | PZN 10986166

### Das Sonnenvitamin – Vitamin D3 2000 I.U.

Vitamin D ist ein ganz besonderes Vitamin – und das gleich in mehrfacher Hinsicht: Es zählt zur Gruppe der fettlöslichen Vitamine und kann daher, im Gegensatz zu wasserlöslichen Vitaminen, im Körper eingelagert werden. Da fettlösliche Vitamine gemeinsam mit Fetten absorbiert werden, kann die gleichzeitige Zufuhr von Fett die Aufnahme dieser Vitamine daher steigern. Das heißt jedoch auch, dass bei Menschen, die sehr fettarme Kost zu sich nehmen, auch nur geringe Mengen dieser Vitamine in den Organismus gelangen. Zudem ist Vitamin D das einzige Vitamin, das vom Körper selbst produziert werden kann – durch Sonneneinstrahlung.



Wichtig ist Vitamin D für zahlreiche Stoffwechselfvorgänge. Dazu muss es jedoch erst in Haut, Leber und Nieren in eine verwertbare Form umgewandelt werden, das sogenannte Calcitriol (1,25-Dihydroxycholecalciferol). Die Vitamin-D-Hormone, als Calcitriol-Derivate bezeichnet, werden vor allem im Darm und in der Niere sowie in Knochen, Muskeln und Nerven benötigt. Sie beeinflussen den Calcium- und Phosphathaushalt und stellen die ausreichende Aufnahme und Speicherung von Calcium sicher. Doch das Prohormon spielt auch bei zahlreichen weiteren biologischen Prozessen eine wichtige Rolle, insbesondere in Verbindung mit dem Immunsystem.

So hat Vitamin D zahlreiche wichtige Aufgaben im Körper, und insbesondere Menschen, die nur wenig Fett zu sich nehmen, sollten auf ihren Vitamin-D-Haushalt achten.

### Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D

#### Zutaten:

Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose und Calciumcarbonat, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle), Cholecalciferol.

NÄHRSTOFFE	PRO KAPSEL	%NRV*
Vitamin D3	50 µg	1000 %

\* Prozentualer Anteil der Nährstoffbezugswerte nach Verordnung (EU) NR. 1169/2011 pro Tagesdosis.

Glutenfrei, lactosefrei, ohne künstliche Aromen, ohne Gentechnik, für Vegetarier und Veganer geeignet

#### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.  
2.000 I.U. pro Kapsel

#### Hinweis:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.



**Angaben zur Lagerung:**

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 25 Grad und trocken lagern.

**Inhalt | Nennfüllmenge:**

100 Kapseln | 14,5 g

**Herstellungsland:**

Deutschland

**Vitamin D trägt bei zu ...**

- einer normalen Aufnahme / Verwertung von Calcium und Phosphor.
- einem normalen Calciumspiegel im Blut.
- der Erhaltung normaler Knochen.
- der Erhaltung einer normalen Muskelfunktion.
- der Erhaltung normaler Zähne.
- einer normalen Funktion des Immunsystems.

Vitamin D hat eine Funktion bei der Zellteilung.