



Vitamin D3 Tropfen

Vitamin D (Calciferol) ist das „Sonnenvitamin“ – es wird im Körper unter Einwirkung von Sonnenlicht und Wärme selbst gebildet. In den sonnenarmen Monaten ist die Sonneneinstrahlung zu gering für eine ausreichende Vitamin-D-Produktion, so dass ein Mangel entstehen kann. Daher ist vor allem im Winter eine Nahrungsergänzung mit Vitamin D für viele Menschen ein sinnvolles Extra.

Unser Körper braucht Vitamin D und Calcium nicht nur für starke Knochen und Zähne, sondern auch für ein funktionierendes Immunsystem und den Erhalt der Muskelkraft. Als Osteoporose- und Sturzprophylaxe ist eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung gerade für ältere Menschen wichtig. Auch die Winterdepression hängt mit dem Vitamin-D-Status zusammen. Wichtig in diesem Zusammenhang ist, dass D3 immer in Kombination mit Vitamin K2 genommen wird. Nur diese Kombination ermöglicht dem Körper die Mineralstoffe in den Knochen und nicht in den Gefäßen abzulagern.

Was kann Vitamin D3 im Körper?

- für starke Knochen sorgen (wichtig für den Kalzium- und Phosphatstoffwechsel)
- Viren stoppen
- MS-Schübe hinauszögern bzw. stoppen
- hochdosiert Schmerzen während der Periode lindern

Welche Folgen kann ein Vitamin D3 Mangel haben?

- Osteoporose
- Anfälligkeit für Infekte
- Rachitis bei Kindern (schiefe Zähne, krumme Beine, krumme Wirbelsäule)
- Muskelschmerzen und Muskelschwäche
- Erhöhte Anfälligkeit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Erhöhte Anfälligkeit für Diabetes Typ II

In welchen Lebensmitteln ist das meiste Vitamin D?

Fettreiche Fische (Makrele, Lachs, Hering), Leber, Innereien, Eier

Inhaltsstoffe:

Kokosöl (MCT-Öl) und Cholecalciferol (Vitamin D3).

Inhalt:

50 ml = 1350 Tropfen

Anwendungsempfehlung:

1 x täglich 1 Tropfen = 1000 IE einnehmen.

Hinweis: Laut Lebensmittelsicherheits- und Verbraucherschutzgesetz ist es nicht erlaubt, Lebens- bzw. Nahrungsergänzungsmitteln Eigenschaften der Vorbeugung, Behandlung oder Heilung einer menschlichen Krankheit zuzuschreiben oder den Eindruck dieser Eigenschaften entstehen zu lassen. Darum muss hier leider auf jede weitere Information verzichtet werden. Beachten Sie bitte, dass diese Seiten nicht zur Eigendiagnose oder Eigenbehandlung von Krankheiten dienen. Bitte gehen Sie zum Arzt, wenn Sie gesundheitliche Probleme oder Fragen haben. Diese Information kann keinen ärztlichen Rat ersetzen.

