



### Liebe Verwenderin und lieber Verwender von Orthomol arthroplus®

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol arthroplus® entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zu Einnahme und möglichen Begleiterscheinungen. Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

### Was ist Orthomol arthroplus®?

Orthomol arthroplus® ist ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) mit Zuckern und Süßungsmitteln. Orthomol arthroplus® zur diätetischen Behandlung von arthrotischen Gelenkveränderungen.

### Wie nehme ich Orthomol arthroplus® ein?

Täglich den Inhalt eines Beutels (= Tagesportion) in ca. 150 - 200 ml stilles Wasser oder Fruchtsaft einrühren und zu oder nach einer Mahlzeit zusammen mit den Omega-3-Fettsäure-Kapseln einnehmen. Die Tagesportion kann auch auf mehrere Mahlzeiten aufgeteilt werden.

### Welche Eigenschaften und Merkmale haben die enthaltenen Mikronährstoffe?

Orthomol arthroplus® enthält wichtige Nährstoffe für Knorpel und Knochen. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion von Knorpel und Knochen bei. Calcium wird für die Erhaltung normaler Knochen benötigt. Vitamin D und Vitamin K sowie Magnesium, Zink und Mangan tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin D trägt zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor sowie zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei. Mangan trägt zu einer normalen Bildung von Bindegewebe bei. Kupfer trägt zur Erhaltung von normalem Bindegewebe bei. Vitamin C, Vitamin E und Vitamin B<sub>2</sub> (Riboflavin) sowie Zink, Selen, Kupfer und Mangan tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. D-Glucosamin ist ein Aminosucker, der im Körper in Form von Glykosaminoglykanen, d. h. langen Ketten aus Disacchariden, vorkommt. Glykosaminoglykane, zu denen auch Chondroitinsulfat gehört, sind Bestandteile der Knorpelmatrix. Hyaluronsäure, ein langkettiges Molekül, das u. a. Glucosamin enthält, findet sich insbesondere in der Gelenkflüssigkeit. Zu den Omega-3-Fettsäuren, die reichlich in Fischöl vorkommen, zählen insbesondere EPA und DHA. Dies sind mehrfach ungesättigte Fettsäuren, die u. a. Bestandteile von Zellmembranen sind.

### Wie lange soll ich Orthomol arthroplus® einnehmen?

Zur Abdeckung des spezifisch erhöhten Mikronährstoffbedarfs empfiehlt sich die regelmäßige und langfristige Einnahme.

### Was muss ich beachten?

- Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.
- Kein vollständiges Lebensmittel, ergänzende bilanzierte Diät.
- Orthomol arthroplus® enthält Kohlenhydrate, bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden. Die enthaltenen Kohlenhydrate (7,9 g pro Tagesportion) sind leicht verfügbar.
- Orthomol arthroplus® sollte nicht in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern eingesetzt werden. In einer Studie, die Glucosamin bei Schwangeren eingesetzt hat, zeigten sich keine Auffälligkeiten. Aufgrund der begrenzten Datenlage bei Glucosamin- und Chondroitinsulfat empfehlen wir den Einsatz bei Schwangeren, Stillenden und Kindern aber nicht.
- Bei Einnahme von Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen, sollten die Blutgerinnungsparameter, vor allem bei Beginn und Beendigung der Behandlung, engmaschig kontrolliert werden.
- Orthomol arthroplus® ersetzt keine sonstige ärztliche Therapie oder Medikation.

### Gibt es weitere nützliche Hinweise?

- Orthomol arthroplus® in der Darreichungsform Granulat/Kapseln ist lactose- und glutenfrei.
- Im Einzelfall kann es zu leichtem Aufstoßen, bedingt durch das in den Kapseln enthaltene Fischöl (Omega-3-Fettsäuren) kommen. Um das Aufstoßen zu vermeiden, können Sie die Kapseln vor dem Schlafengehen einnehmen.
- Bedingt durch den Gehalt an Vitamin B<sub>2</sub> kann es zur Gelbfärbung des Urins kommen.
- Das Produkt enthält stark färbendes Beta-Carotin (Provitamin A). Eventuell auftretende Flecken, z. B. auf Kleidungsstücken, sind schlecht zu entfernen.
- Bedarfsanpassungshinweis gemäß § 14b Abs. 5 DiätV: Zur Vermeidung einer unnötigen Kalorienzufuhr werden die für energieliefernde bilanzierte Diäten festgelegten Höchstmengen der Vitamine C und E überschritten und die Mindestmengen der Vitamine A, K sowie die Gehalte der Mineralstoffe Calcium, Magnesium, Kupfer und Molybdän unterschritten. Denn eine ergänzende bilanzierte Diät ohne Makronährstoffe wie Orthomol arthroplus® enthält grundsätzlich keine nennenswerte Energiemenge. Daher sollte sich die Höhe der Tageszufuhr für die einzelnen Nährstoffe auf den durchschnittlichen Energiebedarf eines Erwachsenen pro Tag in Höhe von 2.000 kcal (= 8.374 kJ) beziehen (Empfehlung des Arbeitskreises Lebensmittelchemischer Sachverständiger der Länder und des Bundesamtes für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit ALS).

### Wie lagere ich Orthomol arthroplus®?

Bewahren Sie Orthomol arthroplus® bevorzugt kühl und trocken auf.

### In welchen Darreichungsformen ist Orthomol arthroplus® erhältlich?

- Granulat/Kapseln
- Riegel

### Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie Fragen haben zum Einsatz von Mikronährstoffen bei arthrotischen Gelenkveränderungen oder mehr über die orthomolekulare Ernährungsmedizin erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

### Herzlichst

### Ihre Orthomol GmbH

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol.de  
www.orthomol.de





## Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 17 g Granulat plus 2 Kapseln (1,5 g)

	pro Tagesportion	pro 100 g
<b>Brennwert/Energie</b>	<b>238 kJ</b> <b>(56,7 kcal)</b>	<b>1.282 kJ</b> <b>(305 kcal)</b>
Fett, davon	1,2 g	6,3 g
gesättigte Fettsäuren	0 g	0 g
Kohlenhydrate, davon	7,9 g	43 g
Zucker	5,9 g	32 g
Eiweiß	2,6 g	14 g
Salz	0,2 g	1 g

## Vitamine

Vitamin A	375 µg RE <sup>o</sup>	2.027 µg RE <sup>o</sup>
Vitamin D	15 µg (600 I.E. <sup>oo</sup> )	81 µg (3.243 I.E. <sup>oo</sup> )
Vitamin E (enthält u. a. Alpha- und Gamma-Tocopherol)	120 mg alpha-TE <sup>ooo</sup>	649 mg alpha-TE <sup>ooo</sup>
Vitamin K	60 µg	324 µg
Vitamin C	475 mg	2.568 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiamin)	4 mg	22 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	5 mg	27 mg
Niacin	30 mg NE*	162 mg NE*
Vitamin B <sub>6</sub>	5 mg	27 mg
Folsäure	400 µg	2.162 µg
Vitamin B <sub>12</sub>	9 µg	49 µg
Biotin	150 µg	811 µg
Pantothensäure	18 mg	97 mg

## Mineralstoffe bzw. Spurenelemente

Calcium	200 mg	1.081 mg
Magnesium	100 mg	541 mg
Zink	10 mg	54 mg
Kupfer	500 µg	2.703 µg
Mangan	1 mg	5 mg
Selen	50 µg	270 µg
Molybdän	50 µg	270 µg

## Aminozucker und Aminosäuren

Glucosaminsulfat	1.100 mg	5.946 mg
Chondroitinsulfat	400 mg	2.162 mg
Hyaluronsäure	50 mg	270 mg
Kollagenhydrolysat	2,5 g	14 g
N-Acetyl-L-Cystein	100 mg	541 mg

## Sekundäre Pflanzenstoffe

Citrus-Bioflavonoide	50 mg	270 mg
Beta-Carotin	2 mg	11 mg
Lutein	800 µg	4.324 µg
Lycopin	200 µg	1.081 µg

## Essenzielle Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren, davon	850 mg	4.595 mg
Eicosapentaensäure (EPA)	500 mg	2.703 mg
Docosahexaensäure (DHA)	110 mg	595 mg

## Zutaten

Dextrose, Kollagenhydrolysat, Maltodextrin, Calciumlactat, D-Glucosaminsulfat (aus **Krebstieren**), **Fischöl** (5,9%), Säuerungsmittel Äpfelsäure, L-Ascorbinsäure, Säuerungsmittel Citronensäure, Chondroitinsulfat, Magnesiumcarbonat, Gelatine, DL-alpha-Tocopheryllacetat, modifizierte Stärke, Aroma, Feuchthaltemittel Glycerin, Citrusfrüchte-Extrakt mit Bioflavonoiden, Stabilisator Gummi Arabicum, Saccharose, N-Acetyl-L-Cystein, Hyaluronsäure-haltiger Extrakt aus Huhn, Zinkgluconat, pflanzliche Öle (Kokos-, Sonnenblumen- und Palmkernöl in veränderlichen Gewichtsanteilen), Süßungsmittel Acesulfam K, Nicotinamid, Calcium-D-pantothenat, Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte, Emulgator **Soja**-Lecithine, Farbstoff Titandioxid, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin, Thiaminmononitrat, Mangansulfat, Maisstärke, Beta-Carotin, Kupfer-sulfat, Lycopin-angereicherter Tomaten-Extrakt, Farbstoff Eisenoxide, Lutein, Emulgator Zuckerester von Speisefettsäuren, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Natriummolybdat, Natriumselenat, Phyllochinon, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

<sup>o</sup> RE = Retinoläquivalente

<sup>oo</sup> I.E. = Internationale Einheiten;

<sup>ooo</sup> alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente

\* NE = Niacinäquivalente

Geprüfte Qualität  
ISO 22000/GMP  
zertifiziert

Frei von  
Konservierungs-  
stoffen

**Die Orthomol GmbH produziert als erstes Unternehmen in Deutschland ergänzende bilanzierte Diäten und Nahrungsergänzungsmittel nach diesen strengen Kriterien der Lebensmittelsicherheit.**