

Vitamin D Tabletten

PZN 10065561

Inhalt: 180 Tabletten

Nettofüllgewicht: 45 g

Für starke Knochen und ein gesundes Immunsystem

Die sovita Vitamin D Tabletten können dazu beitragen, den Körper mit ausreichend Vitamin D zu versorgen. Vitamin D ist wichtig für starke Knochen und Zähne sowie für ein gesundes Immunsystem. Außerdem hat es eine Funktion bei der Zellteilung.



Die sovita Vitamin D Tabletten bieten Ihnen folgende Vorteile:

- Unterstützung für Knochen und Zähne: Vitamin D trägt dazu bei, die Aufnahme von Calcium und Phosphor aus der Nahrung zu verbessern und somit die Knochen- und Zahngesundheit zu unterstützen. Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D kann dazu beitragen, das Risiko von Osteoporose und Knochenschwund zu reduzieren
- Für das Immunsystem: Vitamin D spielt eine wichtige Rolle bei der Regulierung des Immunsystems und kann dazu beitragen, die Abwehrkräfte gegenüber Infektionen zu stärken

Vitamin D – Das Sonnenvitamin für Ihre Gesundheit

Vitamin D nimmt eine Sonderstellung unter den Vitaminen ein. Es ist **fettlöslich** und kann mit der **Nahrung** zugeführt oder mittels **Sonneneinstrahlung** vom Körper selbst gebildet werden, wenn die Haut durch Sonnenlicht ausreichend **UV-B-Strahlen** ausgesetzt wird. Gute **Vitamin-D-Quellen** bei der Ernährung sind **fetthaltige Fischarten, wie Lachs oder Hering**.

Die Bedeutung von Vitamin D für den Erhalt von normalen **Knochen und Zähnen** ist bekannt. Zudem trägt Vitamin zu einem normalen **Calciumspiegel im Blut** bei. Viele Menschen hierzulande leiden besonders in den **Wintermonaten** an einem **Vitamin-D-Mangel**. Arbeit und Freizeit finden hauptsächlich drinnen statt. Wir halten uns in der Regel wenig im Freien auf und unsere Haut kommt selten mit **Sonnenlicht** in Berührung. Besonders groß ist das **Risiko** bei pflegebedürftigen oder chronisch kranken Personen. Die **Folgen können Haarausfall, Infektanfälligkeit, Müdigkeit, Antriebslosigkeit bis hin zu Depressionen** sein. Bei schwangeren und älteren Personen kann der Mangel gefährlich werden.

Eine Tablette enthält

Vitamin D₃ 12,5 µg (500 I.E.).

Zutaten

Reisstärke; Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose; Trennmittel: Carnaubawachs; Vitamin D₃ (Cholecalciferol).

Informationen über Nährstoffe und Stoffe mit ernährungsspezifischer Wirkung

Nährstoff	pro Verzehrempfehlung (2 Tabletten/Tag)	% NRV*
Vitamin D	25 µg	500

* Nährstoffbezugswert gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

Nahrungsergänzungsmittel

Verzehrempfehlung

2x täglich 1 Tablette mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

Besondere Hinweise

- Überschreiten Sie nicht die empfohlene Tagesdosis von 2 Tabletten.
- Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.