

## Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl forte



### Vitamin D Tropfen hochdosiert – für Immunsystem und Knochen\*

- ✓ 2000 I.E. (50 µg) Vitamin D<sub>3</sub> pro Tropfen
- ✓ Mit Vitamin D aus Deutschland in Arzneibuchqualität
- ✓ Optimal bioverfügbar und stabil
- ✓ Gut für Knochen, Muskeln und Immunsystem\*
- ✓ Kompetenz + Erfahrung: erstes Vitamin D<sub>3</sub> Öl in dt. Apotheken (seit 2013), Forte-Öl seit 2017
- ✓ Sehr gutes Preis-Dosis-Verhältnis: 640 Tropfen, vegetarisch
- ✓ Von der Apotheken-Marke Dr. Jacob's (seit 1997)

20 ml (640 Portionen)

### Nur 12 % haben gute Vitamin-D<sub>3</sub>-Werte, im Winter sind es unter 5 %

Die Ernährung trägt wenig zur Vitamin-D-Versorgung bei; entscheidend ist das UVB-Sonnenlicht für die Eigensynthese in der Haut. Ein Mangel ist im Winter besonders verbreitet, aber auch im Sommer können Faktoren wie Sonnenschutz oder ein dunkler Hauttyp die Vitamin-D-Synthese hemmen. Studien zeigen, dass die Eigenbildung selbst im Sommer oft nicht ausreicht:

Den von führenden Wissenschaftlern empfohlenen Vitamin-D-Spiegel von über 75 nmol/l (1,2) erreichen im Jahresdurchschnitt nur 12 % der deutschen Bevölkerung, im Winter sogar weniger als 5 %. Den niedrigeren Grenzwert der **Deutschen Gesellschaft für Ernährung** (DGE) von mind. 50 nmol/l erreichen nur 38 % der Deutschen ganzjährig.(3)



Auch über die richtige Zufuhrempfehlungen sind sich Experten uneins. Tatsächlich hängt dies von vielen Faktoren ab: Ausgangswert, Alter, Gewicht, Sonnenexposition, Hautfarbe etc. Die DGE empfiehlt einen Serumwert von mind. 50 nmol/l und täglich 800 I.E. (20 µg) Vitamin D (ab dem 2. Lebensjahr, bei fehlender Eigensynthese).

Die renommierte **American Geriatrics Society** empfiehlt allen Personen ab 70 Jahren täglich 4000 I.E. (100 µg) Vitamin D (aus allen Quellen), um einen guten Serumwert von mind. 75 nmol/l aufrechtzuerhalten. Dies entspricht der von der **Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit** (EFSA) als sicher (tolerierbar) festgelegten täglichen Zufuhr für Personen ab 11 Jahren.

(1)Holick et al. J Clin Endocrinol Metab (2011) 96(7):1911-30. (2)Bischoff-Ferrari et al. Am J Clin Nutr (2006) 84(1):18-28. (3)Rabenberg et al. BMC Public Health (2015) 15:641; Guter Vitamin-D-Spiegel  $\geq$  75 nmol/l 25(OH)D, nach Holick et al. J Clin Endocrinol Metab (2011) 96(7):1911-30.

### Wer sollte besonders auf seinen Vitamin-D-Spiegel achten?

- Alle in Monaten mit geringer UV-Strahlung (Oktober bis März)
- Personen, die sich überwiegend drinnen aufhalten oder ihre Haut bedecken
- Nutzer von Sonnenschutzmitteln (LSF 10 reduziert die Vitamin-D-Produktion um 90 %)
- Personen mit dunklem Hauttyp
- Schwangere, Stillende, Babys und Kleinkinder
- Frauen in/nach der Menopause
- Übergewichtige
- Senioren

**Klarheit verschafft ein Vitamin-D-Bluttest (beim Arzt, in der Apotheke oder online).**

### Vitamin D Öl – für Abwehrkräfte\* und vermindertes Sturzrisiko\*\*

\*Das in Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl *forte* enthaltene Vitamin D<sub>3</sub> trägt zu folgenden normalen Körperfunktionen bei:

- **Immunsystem**
- **Erhaltung von Muskeln**
- **Erhaltung von Knochen und Zähnen**
- **Unterstützung der normalen Zellteilung**

Insbesondere ab 60 Jahren sind Stürze bei Männern und Frauen ein Risikofaktor für Knochenbrüche. Ein im Alter erhöhtes Sturzrisiko kann in Zusammenhang mit der Vitamin-D-



Versorgung stehen.

\*\*Die tägliche Einnahme von 800 I.E. Vitamin D aus allen Quellen führt ab 60 Jahren zu einer **Verminderung des Sturzrisikos** in Zusammenhang mit körperlicher Instabilität und Muskelschwäche.

### **Bewährte Qualität zum fairen Preis**

Bereits 2013 brachte Dr. Jacob's als erster Hersteller ein Vitamin D<sub>3</sub> Öl in deutsche Apotheken. Später folgte das höher dosierte Vitamin D<sub>3</sub> Öl *forte*. Das verwendete Vitamin D<sub>3</sub> entspricht Arzneibuchqualität und stammt aus Deutschland. Regelmäßige Analysen bestätigen die Langzeitstabilität des Vitamingehalts.

Mit 640 Tropfen pro Flasche ist Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl *forte* sehr ergiebig. Ein Tropfen enthält 2000 I.E. (50 µg) Vitamin D<sub>3</sub>.

### **MCT-Öl für optimalen Schutz und bessere Absorption**

Um die Aufnahme des fettlöslichen Vitamin D<sub>3</sub> zu verbessern, verwenden wir ein hochwertiges MCT-Öl, das in Europa aus Kokosöl hergestellt wird. Zusammen mit der natürlichen Vitamin-E-Familie (Tocopherole) schützt dieses Öl sensible fettlösliche Vitamine und optimiert deren Aufnahme.

Dr. Jacob's Vitamin-Öle sind einfach zu handhaben, ideal für Personen mit Schluckbeschwerden. Sie werden in Glasflaschen mit Glaspipetten für eine präzise Dosierung geliefert.

### **Bestes Zusammenspiel: Die idealen Partner von Vitamin D**

Nicht nur Vitamin D<sub>3</sub> trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei, sondern auch Vitamin K<sub>2</sub>. Beide wirken synergistisch und sollten am besten kombiniert aufgenommen werden wie in **Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub>K<sub>2</sub> Öl**, **Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub>K<sub>2</sub> Öl forte**, **Dr. Jacob's Vitamin K<sub>2</sub>D<sub>3</sub> Öl** (bei erhöhtem Vitamin-K<sub>2</sub>-Bedarf) und **Dr. Jacob's Vitamin DEKA Öl** (mit Vitamin A und E als natürliche Tocopherole).

Der Calcium-Stoffwechsel steht in engem Wechselspiel mit Magnesium und Kalium. Calcium und Magnesium tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei. Magnesium und Kalium unterstützen die normale Funktion von Nerven und Muskeln, und Kalium trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei. Eine Unterversorgung mit diesen Mineralstoffen ist laut NVS2 häufig (4). Deshalb sollten die Vitamine D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub> am besten mit den richtigen Mineralstoffen kombiniert werden, wie in **Dr. Jacob's Basenpulver**.



(4) Nationale Verzehrsstudie 2 (MRI 2008).

### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Tropfen (1 Portion) (ab 11 Jahren).

Gesetzlicher Hinweis: Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden.

Menschen mit Nierenproblemen, Neigung zur Nierensteinbildung oder erhöhtem Calciumspiegel (Urin oder Blut) sollten vor der Einnahme von Vitamin D ihren Arzt befragen.

Bei 6-25 °C kühl und lichtgeschützt lagern.

Nahrungsergänzungsmittel

### Zutaten:

MCT-Öl (mittelkettige Triglyceride aus Kokosöl), Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte (Vitamin E natürlichen Ursprungs), Vitamin D<sub>3</sub>.

Herkunftsort aller Zutaten ist die EU. Vegetarisch.

### Herstellung:

Das enthaltene Vitamin D<sub>3</sub> wird aus UV-Licht bestrahltem Lanolin (Wollwachs) gewonnen.

Für jede Flasche Vitamin D<sub>3</sub> Öl *forte* werden für die Vitamin-D-Herstellung ca. 0,04 g Lanolin verwendet, das aus der Schafswolle lebender Tiere stammt.

Hergestellt in Deutschland.

### Nährwerte:

Durchschnittswerte pro:	1 Tropfen (1 Portion)	% NRV <sup>1</sup>
Vitamin D	50 µg (2000 I.E.) <sup>2</sup>	1000 %

<sup>1</sup>Referenzmengen für die tägliche Zufuhr (NRV)

<sup>2</sup>250 % nach DGE.



**Apotheken-Bestellnummer:**

Deutschland: PZN 13784902

Österreich: PHZNR 4766897

EAN/GTIN-Code 4 041246 501049

Dr. Jacob's Medical GmbH, Platter Straße 92, 65232 Taunusstein

**Unsere Motivation bei Dr. Jacob's:**

**Wir wollen eine gesündere Zukunft für uns alle schaffen!**

Die Dr. Jacob's Medical GmbH wurde im Jahre 1997 von den Drs. Jacob gegründet. Sicher, zuverlässig, wirkungsvoll – nach diesen Kriterien entwickeln wir als Apotheken-Marke seit über 25 Jahren Nahrungsergänzungs- und Lebensstil-Konzepte. Dabei übernehmen wir Verantwortung für Mensch, Tier und Natur. Unsere Philosophie ist es, keinen Modetrends zu folgen, sondern die wichtigsten Erkenntnisse und Entdeckungen der Wissenschaft zu prüfen und sie für Ihre Gesundheit zu nutzen.

Hochwertige, möglichst natürliche und pflanzliche Inhaltsstoffe, strenge Qualitätskontrollen und die Fachkompetenz des Firmengründers sowie eines ernährungswissenschaftlichen Teams machen den besonderen Charakter von Dr. Jacob's Gesundheitsmitteln aus. Als Vorreiter entwickelte Dr. Jacob Vitamin-Öle in sinnvoller Kombination und mit hoher Bioverfügbarkeit.

