

Vitamin C vegan Kapseln

Vitamin C von Präventa als magenfreundliche Alternative zur herkömmlichen Ascorbinsäure

Der Klassiker für ein gut funktionierendes Immunsystem. Als Calciumascorbat besonders schonend für den Magen und langanhaltend in der Wirkung durch den Retard-Effekt.



Inhalt	Vitamin C vegan, 120 Kapseln
PZN	16654063
EAN	9009330040251
Netto-Gewicht	77 g

Kurzbeschreibung

- gepuffertes Vitamin C
- magenfreundlich + bekömmlich
- hochdosiert
- mit Retard-Effekt

Unser Vitamin C in Form von Calciumascorbat ist eine magenfreundliche sanfte Alternative zum herkömmlichen Vitamin C, auch als Ascorbinsäure bekannt, weil das Vitamin chemisch an Calcium gebunden ist. Gepuffert bedeutet somit, dass es nicht als Ascorbinsäure, sondern in basischer Form vorliegt und deshalb sehr magenfreundlich und ausgezeichnet verträglich ist. Der Retard-Effekt ist dafür verantwortlich, dass die gesamte Dosis nicht sofort dem Körper zur Verfügung steht, sondern über einen längeren Zeitraum vom Körper aufgenommen wird. Das führt zu positiven Effekten in der Speicherung aber auch in der Verfügbarkeit des aufgenommenen Vitamins.

Was kann Vitamin C?

Vitamin C ist eine wasserlösliche organische Säure und an vielen Stoffwechselprozessen im Körper beteiligt. Unter anderem wirkt Vitamin C antioxidativ. Das heißt, es fängt schädliche Verbindungen, wie z.B. freie Radikale ein und schützt so die Zellen im Körper vor Schäden. Als Antioxidans nimmt Vitamin C deshalb eine Schlüsselrolle zum Schutz des Immunsystems ein. Ascorbinsäure trägt darüber hinaus zu einer normalen Kollagenbildung bei. Kollagene sind in nahezu allen Organen und Bindegewebsstrukturen vorhanden. Es trägt auch zu einer normalen Funktion des Energiestoffwechsels und des Nervensystems bei und es unterstützt die Aufnahme von Eisen im Darm.

Gut zu Wissen

Wo kommt Vitamin C vor?

Vitamin C kann nicht vom Körper selbst hergestellt werden. Gespeichert wird es im Gehirn, der Leber, der Milz und der Lunge, den Augenlinsen und in den weißen Blutkörperchen. Aber es zerfällt im Körper relativ schnell und wird auch schnell verbraucht. Deshalb sollte es möglichst konstant immer wieder über Nahrung oder Nahrungsergänzungen zugeführt werden. Vitamin C kommt in vielen Lebensmitteln in unterschiedlicher Konzentration vor. Petersilie, Kartoffeln, Paprika, Sauerkraut und Tomaten enthalten reichlich davon. Wahre Vitamin C Bomben sind Sanddorn, Acerola und Hagebutte. Dagegen enthalten Zitrusfrüchte nicht so viel Vitamin C, wie oft erwartet wird.

Wer hat einen erhöhten Bedarf an Vitamin C?

Ein erhöhter Bedarf besteht im Wachstum, für ältere Menschen, für Leistungssportler, in der Schwangerschaft, in der Stillzeit aber auch bei Einnahme der Antibabypille. Rauchen führt ebenfalls zu einer verringerten Aufnahme von Vitamin C und sollte daher mit zusätzlichem Vitamin C berücksichtigt werden.

Wie viel Vitamin C braucht der Körper?

Linus Pauling (Nobelpreisträger Chemie) empfahl mehrere Gramm pro Tag. Hier gehen die Meinungen deutlich auseinander. Bis zu 3 g Täglich können aber oral aufgenommen werden.

Zutaten



Diese Kapseln enthalten:

Calcium-L-ascorbat, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle).

Von Natur aus gluten-, laktose-, palmöl- und gelatinefrei, vegan, ohne künstliche Farb- und Aromastoffe, ohne Magnesiumstearat, ohne Allergene und selbstverständlich ohne Gentechnik hergestellt.

Nahrungsergänzungsmittel

Inhaltsstoffe

Inhaltstoff	Pro Tagesportion (3 Kps.)	NRV*
Vitamin C	1500 mg	1875 %

*Nährstoffbezugswert nach Lebensmittel-Informationsverordnung

Verzehrempfehlung



3 x 1 Kapsel täglich mit viel Flüssigkeit verzehren.

Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Aufbewahrungsempfehlung

Kühl, trocken und lichtgeschützt sowie außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.

Hinweis

Ein Nahrungsergänzungsmittel darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil eingenommen werden.

Vitamin C im menschlichen Körper

Vitamin C trägt zu

einem Schutz der Zellen, vor oxidativem Stress bei

einem normalen Energiestoffwechsel bei

einer normalen Funktion des Immunsystems bei

Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

einer normalen Funktion des Nervensystems bei

einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Knochen, Knorpel, Haut und Blutgefäße bei