

## Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl 20 ml



### Vitamin D – das Sonnenvitamin in Tropfenform

- ✓ 800 I.E. (20 µg) Vitamin D<sub>3</sub> aus Deutschland in Arzneibuchqualität
- ✓ Optimal bioverfügbar und stabil
- ✓ Gut für Knochen, Muskeln und Immunsystem\*
- ✓ Kompetenz + Erfahrung: erstes Vitamin D<sub>3</sub> Öl in deutschen Apotheken (seit 2013)
- ✓ Vitamin D Öl für die ganze Familie – auch für Kinder und Säuglinge
- ✓ 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 Knochen, Muskeln und Immunsystem\*

\*Vitamin D leistet einen wissenschaftlich gesicherten Gesundheitsbeitrag zu folgenden normalen Körperfunktionen:

- Erhaltung von **Knochen** und **Zähnen**
- Erhaltung eines normalen **Calciumspiegels** im Blut
- **Immunsystem**
- **Zellteilung**
- Erhaltung der **Muskelfunktion**



## Vitamin D<sub>3</sub> Tropfen in der Familienpackung – bewährte Qualität zum fairen Preis

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

Dank der praktischen Pipette ist Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl einfach dosierbar und für die ganze Familie geeignet, auch für Kleinkinder und Säuglinge. Mit 640 Tropfen pro Flasche ist es zudem sehr ergiebig. Ein Tropfen enthält 800 I.E. (20 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.

## 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:

Verzehrempfehlung für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr: 1 Tropfen täglich einnehmen (= 1 Portion). Für Säuglinge: jeden 2. Tag 1 Tropfen.



Pflichthinweis: Die empfohlene tägliche Verzehrmenge 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.

Kühl (6–25 °C) und lichtgeschützt lagern.

Nahrungsergänzungsmittel

### Zutaten:

MCT-Öl (mittelkettige Triglyceride aus Kokosöl), Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte (Vitamin E natürlichen Ursprungs), Vitamin D<sub>3</sub>. Kann Spuren von **Schalenfrüchten** enthalten. Vegetarisch.

Herkunftsort aller Zutaten ist die EU. Hergestellt in Deutschland.

### Herstellung:

Das in Dr. Jacob's Vitamin D<sub>3</sub> Öl enthaltene Vitamin D<sub>3</sub> wird durch UV-Licht-Bestrahlung von Wollwachs (Lanolin) gewonnen. Dieses stammt aus Schafswolle lebender Tiere. (Je Flasche Vitamin D<sub>3</sub> Öl werden etwa 0,016 g Lanolin zur Herstellung von Vitamin D verwendet.)

### Nährwerte:

| Durchschnittswerte pro: | 1 Tropfen (1 Portion)         | % NRV <sup>1</sup> |
|-------------------------|-------------------------------|--------------------|
| Vitamin D <sub>3</sub>  | 20 µg (800 I.E.) <sup>2</sup> | 400 %              |

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

<sup>2</sup>100 % nach DGE. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt bei fehlender körpereigener Vitamin-D-Bildung die Aufnahme von 20 µg (800 I.E.) Vitamin D pro Tag (geschätzte adäquate Zufuhr).

### Apotheken-Bestellnummer:

Deutschland: PZN 10038446

Österreich: PHZNR 4134795

EAN/GTIN-Code 4 041246 500257

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.

