

Cefavit® ferrit Stix



Nahrungsergänzungsmittel mit Eisen

plus Vitamin C und B-Vitamine

Schwarzer Johannisbeeren-Geschmack



für Energie und gegen Müdigkeit*
für Sauerstofftransport, rote Blutkörperchen,
Hämoglobin und Blutbildung*

Eisen ist lebensnotwendig

Die Körperzellen sind auf das lebensnotwendige Spurenelement **Eisen** angewiesen, denn Eisen übernimmt viele Funktionen bei Stoffwechselprozessen. Eisen ist an der normalen Bildung **roter Blutkörperchen** und des **Hämoglobins (Hb)** beteiligt und unterstützt einen normalen **Sauerstofftransport** im Körper. Zudem trägt Eisen zu einem normalen **Energiestoffwechsel** und zur **Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung** bei.

Eisen muss dem Körper mit der Nahrung zugeführt werden und findet sich vor allem in tierischen Lebensmitteln wie Leber und Fleisch. Nur ca. 10–15 % des Eisens aus der Nahrung können vom menschlichen Körper aufgenommen werden, wobei Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln schlechter resorbiert wird als das aus Fleisch. Täglich geht im Körper Eisen über Stuhl, Urin und Schweiß verloren. Bei Frauen ist die Menstruationsblutung Grund für einen höheren Eisenverlust.

Eisen – sinnvoll kombiniert

Die Kombination mit Vitamin C dient der Erhöhung der Eisenaufnahme. Vitamin B2 unterstützt einen normalen Eisenstoffwechsel und Folat eine normale Blutbildung. Die Vitamine B2, B6 und B12 tragen zudem wie Eisen zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei. Neben Eisen leisten die Vitamine C, B2, B6, B12 einen Beitrag für einen normalen Energiestoffwechsel. Zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung trägt Eisen zusammen mit den Vitaminen C, B2, B6, B12 und Folat bei.

Wer sollte besonders auf Eisen achten?

Im Allgemeinen reicht eine ausgewogene und abwechslungsreiche Kost für die ausreichende Versorgung mit Nährstoffen aus. In bestimmten Lebenssituationen kann es wichtig sein, auf eine genügende Eisenversorgung zu achten, zum Beispiel: Mädchen und Frauen, bei starken/chronischen Blutverlusten, Blutspender, Veganer/Vegetarier, Sportler, im Wachstum, bei unzureichender/einseitiger Ernährung (Schlankheitskuren, Senioren), bei Aufnahmestörungen im Magen-Darm-Bereich. Schwangere und Stillende haben einen erhöhten Eisenbedarf, der in Rücksprache mit dem Arzt ausgeglichen werden sollte.

Cefavit® ferrit Stix

Cefavit® ferrit Stix ist ein hochwertiges Produkt mit Nährstoffen für den Eisenstoffwechsel. Erwachsene nehmen täglich den Inhalt eines Portionsbeutel ein. Die Einnahme sollte nüchtern erfolgen, da viele Nahrungsmittel wie auch Getränke (Milch, Kaffee, schwarzer Tee) die Eisenaufnahme behindern können. Cefavit® ferrit Stix sind zu 100 % vegan, schmecken nach schwarzen Johannisbeeren und werden direkt ohne Flüssigkeit eingenommen – **Cefadirect® schmeckt!**

Zudem erhältlich:

- Cefavit® ferrit als vegane Kapsel – ebenfalls mit 14 mg Eisen, plus Vitamin C, B-Vitamine und Kupfer.

