


## Gebrauchsinformation




Liebe Leser und Verwender von  K2 OsteoCare<sup>®</sup>, wir freuen uns, dass Sie sich für ein innovatives Produkt der Firma K2 Medical Care GmbH entschieden haben. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme unseres hochwertigen Nahrungsergänzungsmittel beginnen. Gerne beraten auch wir von „K2 Medical Care GmbH“ Sie mit fachkundigem Personal unter der Service-Nummer: 0 59 07 / 94 94 582 zu unseren Produkten. In dieser Gebrauchsinformation finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen, sowie wichtige Hinweise zu Einnahme und möglichen Begleiterscheinungen. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

Bei der „K2 Medical Care GmbH“ steht aus gutem Grund das K2 im Firmennamen: Die K2 Medical Care GmbH entwickelt und vertreibt innovative Nahrungsergänzungsmittel. Unsere Produkte enthalten stets Vitamin K2, welches als einer der wichtigsten Mikronährstoffe eine besondere Rolle spielt. Darüber hinaus runden weitere Inhaltsstoffe die Produkte optimal auf die jeweiligen Erkrankungen ab. Das Wissen rund um Vitamin K2 ist teilweise erst in den letzten Jahren entstanden und die Kenntnisse über die wahre Rolle bei der Gesunderhaltung des menschlichen Körpers sind noch recht neu. Vitamin K2 ist besonders wichtig für den Stoffwechsel, den Transport und die Verteilung von Calcium in unserem Körper, z.B. aus der Blutbahn rein in die Knochen bzw. raus aus dem Herzkreislauf-System, den Weichteilen und Geweben.


### Was ist K2 OsteoCare<sup>®</sup> Caps?

K2 OsteoCare ist ein Nahrungsergänzungsmittel und eignet sich zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose, aber auch der Arthrose oder Polyarthrose. Selbst bei entzündlichen Gelenkerkrankungen (Arthritis, Rheuma) kann K2 OsteoCare unterstützend helfen.

### Wie nehme ich K2 OsteoCare<sup>®</sup> ein?

-  K2 OsteoCare<sup>®</sup> steht Ihnen in Kapselform zur Verfügung. Die Kapselhülle besteht aus Cellulose.
- Die Kapseln werden mit ausreichend Trinkwasser zu einer Mahlzeit eingenommen.

### Welche Eigenschaften und Merkmale haben die enthaltenen Mikronährstoffe?

 K2 OsteoCare<sup>®</sup> enthält wichtige Nährstoffe für Knorpel und Knochen. Vitamin K2 und Vitamin D sowie Magnesium und Zink, sind entscheidend bei der Erhaltung normaler Knochen beteiligt. Vitamin D trägt zu einer regelrechten Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor, sowie zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei. Vitamin C bewirkt unter anderem eine normale Kollagenbildung, sowie Funktion von Knorpel und Knochen. Vitamin C und Zink tragen ebenfalls dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Calcium und Magnesium werden für die Erhaltung normaler Knochen benötigt und sind einer der wichtigsten Grundbausteine des Skelettsystems.

D-Glucosamin ist ein Aminozucker, der im Körper in Form von Glykosaminoglykanen, d. h. langen Ketten aus Disacchariden, vorkommt. Glykosaminoglykane, zu denen auch Chondroitinsulfat gehört, sind körpereigene Bestandteile und Vorstufen der Knorpelmatrix.








### Wie lange soll ich K2 OsteoCare<sup>®</sup> einnehmen?



Um die guten unterstützenden Effekte von  K2 OsteoCare<sup>®</sup> zu erleben und zur Abdeckung des spezifisch erhöhten Mikronährstoffbedarfs empfiehlt sich die regelmäßige, langfristige und konsequente Einnahme.

**Stand der Gebrauchsinformation: Januar 2021**


## Was muss ich beachten?


-  **K2 OsteoCare®** ersetzt keine sonstige ärztliche Therapie oder Medikation.
  - Die in  **K2 OsteoCare®** enthaltenen Mengen der Mikronährstoffe sind auf einen Osteoporose-/Arthrose-/Polyarthrose-Patienten abgestimmt und im Allgemeinen ausreichend. Falls Sie allerdings bereits ein Vitamin D und/oder ein Calcium-Präparat einnehmen, so sollten Sie die Einnahmemengen pro Tag miteinander verrechnen, bzw. diese Präparate absetzen.
  - Es handelt sich bei  **K2 OsteoCare®** nicht um ein vollständiges Lebensmittel. Ernähren Sie sich deshalb weiterhin ausgewogen und gesund.
  - In den Caps sind keine Kohlehydrate enthalten.
-  **K2 OsteoCare®** sollte nicht in der Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Kindern eingenommen werden.
- Bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten, welche die Blutgerinnung beeinflussen (wie z.B. Marcumar®/Falithrom® oder Warfarin®), sollten die Blutgerinnungsparameter, vor allem bei Beginn und Beendigung der Behandlung, engmaschig kontrolliert werden. In diesem Fall sollte die Einnahme von  **K2 OsteoCare®** in jedem Fall unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

## Gibt es weitere nützliche Hinweise?

-  **K2 OsteoCare®** in den Darreichungsformen Pulver und Caps sind lactose- und glutenfrei, für Vegetarier geeignet, unbedenklich bei Allergien gegen Eiweiß und Soja sowie ohne Gentechnik hergestellt. Die Inhaltsstoffe sind ausschließlich natürlichen Ursprungs.
- Das Produkt ist auf der sogenannten „Kölner-Liste“ verzeichnet und daher unbedenklich hinsichtlich Dopings.
-  **K2 OsteoCare® Caps** enthalten 905 mg Mikronährstoffe pro Kapsel. Die Braunglasflaschen schützen das Produkt effektiv vor Licht und Feuchtigkeit.

## Zusammensetzung


Substanzen:	 Pro Kapsel (4 Kapseln täglich)	Aufgaben der einzelnen Mikronährstoffe:
<b>Vitamin K2</b>	<b>100 µg</b>	Ist durch Aktivierung (Carboxylierung) von speziellen Proteinen (Osteocalcin) für den Transport von Calcium u. a. in die Knochen verantwortlich
<b>Vitamin D3 entsprechend I.E.:</b>	<b>6,25 µg / 250 I.E</b>	Sorgt für die normale Aufnahme und Verwertung von Calcium aus dem Darm ins Blut sowie für einen normalen Calciumspiegel im Blut
<b>VITAMIN C</b>	<b>55 mg</b>	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung, bei, sorgt mit für eine normale Funktion von Knorpel und Knochen und schützt vor oxidativem Stress
<b>Calcium aus Muschelextrakt</b>	<b>keines</b>	Mineral in Knochen, Gelenken und beim Zahnaufbau; sorgt für die Festigkeit
<b>Magnesium</b>	<b>50 mg</b>	Wirkt entzündungshemmend, erhöht die Leistungsfähigkeit, entspannt die Muskulatur
<b>Zink</b>	<b>1 mg</b>	Stärkt das Immunsystem und trägt zum Erhalt normaler Knochen bei
<b>Coenzym Q10</b>	<b>10 mg</b>	Stärkt das Immunsystem sowie Herz und Nerven, entsorgt als Antioxidans Abbauprodukte aus dem Stoffwechsel
<b>MSM-Schwefel</b>	<b>125 mg</b>	Versorgt den Körper mit benötigtem Schwefel
<b>Glucosamin</b>	<b>225 mg</b>	Schmiermittel und Aufbau von Knorpelgewebe, Bestandteile der Knorpelmatrix
<b>Chondroitin</b>	<b>125 mg</b>	
<b>Kapselhülle Caps</b>		
Hydroxypropyl-methylcellulose		

 sind Nahrungsergänzungsmittel, zwecks unterstützender Behandlung zur Festigung und Stärkung des Knochens und der Zähne, sowie bei Gelenksbeschwerden.

Wie lagere ich  ?



Bewahren Sie die Produkte bevorzugt lichtgeschützt, kühl, trocken und außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

## Brennwerttabelle


Durchschnittliche Nährwerte:	4 Kapseln 
Brennwert (KJ)	24 KJ
Brennwert (kcal)	8 kcal
Fett	< 0,01 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,0 g
Kohlenhydrate	0,92 g
davon Zucker	0,03 g
Ballaststoffe	0,68 g
Eiweiß	0,16 g
Salz*	< 0,01 g

\*Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

## Besonderheiten und weitere Mikronährstoffe

- Die Zusammenstellung von  **K2 OsteoCare®** folgt neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft und Medizin, steht im Einklang mit den Empfehlungen der Fachgesellschaften und ist in Zusammenarbeit mit führenden Fachleuten auf diesem Gebiet festgelegt worden. Das Produkt wird in Deutschland unter strenger Kontrolle hergestellt.
- Um den allerhöchsten Qualitätsansprüchen gerecht zu werden, werden in  **K2 OsteoCare®** nur auserlesene Rohstoffe, wie etwa das „mikroverkapselte“ all-trans Vitamin K2 (MK-7) verwendet, welches von unserem Körper besser aufgenommen wird und welches auch deutlich länger in unserem Körper verweilt; somit werden den Patienten ausreichende Mengen zur Verfügung gestellt.
- Vitamin D3 wird organisch aus Schafswolle gewonnen und dient einer besseren Aufnahme des Calciums aus dem Darm sowie einer gesteigerten Calciumeinlagerung in die Knochen. Vitamin D3 spielt auch eine wichtige Rolle bei der GLA-Protein Synthese. Diese Proteine können dann folgend von Vitamin K2 aktiviert werden. Darüber hinaus sind für Vitamin D3 noch viele weitere gesundheitsfördernde Effekte beschrieben.
- Glucosamin und Chondroitin können zur Schmierung der Gelenke sowie zur Schmerzlinderung beitragen und sind natürliche Bestandteile und Vorstufen der Knorpelmatrix.
- MSM, die natürliche im Körper vorkommende organische Schwefelverbindung, fördert die Heilung des Bewegungsapparates durch vermehrte Anreicherung von Sauerstoff auf zellulärer Ebene und kann vor Knorpelabbau schützen. Außerdem werden ihm schmerzlindernde Effekte zugesprochen.
- Vitamin C aus der Acerola-Kirsche und Zink dienen der Synthese von Kollagenfasern und können damit für einen verbesserten Halt der Knochen in Gewebe und Muskeln dienen bzw. führen zu elastischeren/biegsameren (weniger spröden) Knochen.
- Coenzym Q10 ist ein wichtiges Antioxidans zur Sicherstellung der benötigten Energieversorgung auf zellulärer Ebene.

## Nebenwirkungen

In der Regel ist  sehr gut verträglich. Nebenwirkungen sind soweit keine bekannt, da es sich um für den Körper bekannte Substanzen handelt. Sollte sich wider Erwarten doch eine Unverträglichkeit gegen das Nahrungsergänzungsmittel, bzw. einen seiner Inhaltstoffe einstellen, so sollten Sie die Einnahme unverzüglich unterlassen und mit Ihrem behandelnden Arzt sprechen.

## Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie Fragen haben zum Einsatz von Mikronährstoffen bei Osteoporose/Arthrose/Polyarthrose und Gelenkbeschwerden allgemein oder mehr über K2 Medical Care GmbH erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 0 5907 / 94 94 582 gerne weiter.



120 Kapseln      PZN: 143 541 73  
Bündelpackung 3 x 120 Kapseln      PZN: 143 541 96

**Alle Produkte erhalten Sie in Ihrer Apotheke oder aber auch direkt beim Hersteller und Vertreiber über die Service- Nummer 05907 / 9494 582!**

### Herstellung und Vertrieb in Deutschland durch:

K2 Medical Care GmbH  
Gartenstraße 19  
D-49744 Geeste / Osterbrock

Amtsgericht Osnabrück: HRB 209961

### Zu erreichen über:

Tel.: 0049 (0) 5907 / 9494 582  
Fax: 0049 (0) 5907 / 9495 102  
Mobil: 0049 (0) 160 / 9480 9681  
Email: [info@k2-medicalcare.de](mailto:info@k2-medicalcare.de)  
Website: [www.K2-medicalcare.de](http://www.K2-medicalcare.de)

