orthomol veg one

Liebe Verwenderin und lieber Verwender von Orthomol Veg one®,
wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Veg one® entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. In Zusammenarbeit mit Attila Hildmann hat Orthomol seine Erfahrung und wissenschaftliche Kompetenz bei der Herstellung von Mikronährstoffkombinationen zur Entwicklung eines Produktes speziell für Veganer und Vegetarier eingesetzt. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zu Einnahme und mögliche Begleiterscheinungen. Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

86108-02

Was ist Orthomol Veg one®?
Orthomol Veg one® ist ein Nahrungsergänzungsmittel zur Unterstützung bei einer veganen oder vegetarischen Ernährung.

Vitamin B_6 und Vitamin B_{12} tragen zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel sowie zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Vitamin B_2 (Riboflavin), Vitamin B_6, Vitamin B_{12} und Eisen tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Zink trägt zu einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel, Fettsäurestoffwechsel und zu einer normalen Eiweißsynthese bei. Zink trägt zur Erhaltung normaler Haut bei. Selen und Zink tragen zur Erhaltung normaler Haare und Nägel bei.

Mit Omega-3-Fettsäuren aus Algen.

Mit Vitamin D_3 aus Lichen.

Lichen, auch Flechten genannt, sind Lebensgemeinschaften zwischen Pilzen und Algen und befinden sich vorzugsweise an Bäumen, Moosen, Felsen und anderen kargen Lebensräumen.

Wie nehme ich Orthomol Veg one® ein?
Täglich 1 Kapsel (= Tagesportion) vorzugsweise mit viel Flüssigkeit zu oder nach einer Mahlzeit einnehmen.

Weitere Tipps und Hinweise:
Phytinsäure, die in Hülsenfrüchten (wie Soja) und Getreide (insbesondere Vollkorngetreide) vorkommt, kann Mineralstoffe wie Zink binden und somit deren Bioverfügbarkeit herabsetzen. Daher empfiehlt es sich, bei Mahlzeiten mit hohem Phytingehalt, z. B. bei einem Essen mit hohem Vollkornanteil, Orthomol Veg one® in gewissem zeitlichen Abstand von der Mahlzeit einzunehmen.

Milchprodukte sind wichtige Calciumlieferanten. Bei einer veganen Ernährung sollte auf alternative Calciumquellen, wie calciumreiche Gemüse (z. B. Grünkohl), Nüsse oder auch calciumreiches Mineralwasser geachtet werden.

Wie lange sollte ich Orthomol Veg one® einnehmen?
Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Anwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.

Was muss ich beachten?
- Die empfohlene Tagesportion darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Gibt es weitere nützliche Hinweise?
- Orthomol Veg one® ist lactose- und glutenfrei.

VEGAN

Das V-Label ist ein einheitliches Gütesiegel der Europäischen Vegetarier Union, welches vegetarische bzw. vegane Produkte kennzeichnet. Durch das Label wird garantiert, dass weder im Produkt noch im Herstellungsprozess tierische Bestandteile enthalten sind bzw. verwendet werden.

- Omega-3-Fettsäuren aus Algen führen zu einer leichten Geruchsentwicklung. Die Qualität wird davon nicht beeinflusst.
- Die gelatinefreie Weichkapsel ist frei von Rohstoffen tierischen Ursprungs. Als Hüllenmaterial werden u.a. Maisstärke und Carrageen eingesetzt.

Wie lagere ich Orthomol Veg one®?
Bewahren Sie Orthomol Veg one® bevorzugt kühl und trocken auf. Schützen Sie Orthomol Veg one® bitte vor direkter Lichteinstrahlung. Den Tiegel nach Anbruch verschlossen halten.

In welcher Darreichungsformen ist Orthomol Veg one® erhältlich?
- Kapseln

Wo erhalte ich weitere Informationen?
Wenn Sie mehr über die Produkte von Orthomol erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

Herzlichst
Ihre Orthomol GmbH

Herzogstraße 30
40764 Langenfeld
Telefon 02173 9059-0
info@orthomol.de
www.orthomol.de

orthomol