

# vitamin D-loges® 5.600 I.E.



## Verbraucherinformation

vitamin D-loges® 5.600 I.E.  
Nahrungsergänzungsmittel

### Nährwertangaben:

1 Gel-Tab enthält:  
140 µg Vitamin D3 (entspricht 5.600 I.E.) als wöchentliche Verzehrmenge. Dies entspricht einer täglichen empfohlenen Verzehrmenge von 20 µg Vitamin D3 (800 I.E.).

Enthält Süßungsmittel.

### Zutaten:

Sonnenblumenöl, Xylit, Feuchthaltemittel Sorbit, Gelatine, Antioxidationsmittel Natriumcitrate und Äpfelsäure, Aroma: natürliches Zitronen-Aroma, Cholecalciferol, Farbstoff Carotin.

### Verzehrempfehlung:

vitamin D-loges® ist zum wöchentlichen Verzehr vorgesehen.

Die empfohlene Verzehrmenge beträgt 1 Gel-Tab pro Woche, vorzugsweise zusammen mit einer Hauptmahlzeit, und darf nicht überschritten werden.

Ernährungsexperten empfehlen für Kinder ab einem Jahr und für Erwachsene eine tägliche Zufuhr von 20 µg (800 I.E.) Vitamin D.

Bei Einnahme weiterer Vitamin D-haltiger Präparate oder bei übermäßigem Verzehr von mit Vitamin D angereicherten Lebensmitteln ist die zusätzliche Gabe von vitamin D-loges®, gerade bei Kindern, mit dem behandelnden Arzt abzustimmen.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

### Packungsgrößen:

Packungen mit 15 und 30 Gel-Tabs.  
In Apotheken erhältlich.

### Bitte beachten Sie:

Die ölige Anmutung beim Öffnen des Blisters ist kein Mangel, sondern ein Qualitätsmerkmal, da das Vitamin D-Öl zur besseren Resorption in Sonnenblumenöl eingebettet ist.

Beim Entnehmen der Gel-Tabs aus dem Blister kann es vereinzelt zum Verbleib leichter Anhaftungen an der Folie kommen, insbesondere nach kühler Lagerung oder Transport. vitamin D-loges® sollte daher bei Raumtemperatur gelagert werden.



# vitamin D-loges® 5.600 I.E.



Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

wir freuen uns, dass Sie sich für vitamin D-loges® entschieden haben. Nachfolgend möchten wir Ihnen gerne einige weiterführende Informationen geben.

## Das „Sonnenvitamin“

Das lebensnotwendige Vitamin D kann vom menschlichen Organismus selbst gebildet werden. Dazu ist Sonnenlicht erforderlich, unter dessen Einfluss in den Hautzellen zunächst eine Vorstufe entsteht. Diese wird weiter umgewandelt zum Vitamin D3 (Cholecalciferol), aus dem in Leber und Niere die aktive Form, das Calcitriol, gebildet wird.

Nun scheint bekanntlich nicht jeden Tag die Sonne, zudem steht die Sonne in unseren Breitengraden nur in den Monaten Mai bis August hoch genug, um eine ausreichende körpereigene Vitamin-D-Bildung zu ermöglichen. Von Oktober bis April, aber vor allem in den dunklen Wintermonaten genügt die Sonnenkraft hierfür oft nicht. Hinzu kommt, dass berufsbedingt heutzutage nur wenige Menschen Zeit und Gelegenheit haben, ausreichend lange in der Sonne zu verweilen. Die Verwendung von Sonnenschutzmitteln ist sinnvoll, schränkt jedoch die Bildung von Vitamin D zusätzlich ein. Und: Mit zunehmendem Alter nimmt die Fähigkeit der Haut, Vitamin D zu bilden, deutlich ab und kann etwa ab dem 65. Lebensjahr auf weniger als die Hälfte vermindert sein.

Eine weitere Quelle für Vitamin D stellt die Ernährung dar. Jedoch kann eine ausreichende Versorgung oft nicht erreicht werden, da Vitamin D in den meisten Lebensmitteln nur in geringen Mengen enthalten ist. Und der Verzehr von täglich 200 g Aal oder mehrerer Kilogramm Leber oder Käse ist sicher auch nicht jedermanns Sache.

## Vitamin D – ein Multitalent

Vitamin D ist unverzichtbar für die Gesunderhaltung von Knochen und Zähnen. Es ist nicht nur an der Aufnahme von Calcium und Phosphor, sondern auch der Verwertung dieser Mineralstoffe beteiligt. Neben seiner Bedeutung für die Erhaltung normaler Knochen spielt Calcium eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel. Vitamin D ist mitverantwortlich, den Calciumspiegel im Blut aufrechterhalten und kann auf diese Weise zu einer normalen Muskelfunktion beitragen.

Neuere Forschungen zeigen, dass dieses Multitalent an weit mehr Funktionen in unserem Körper beteiligt ist. So besitzen viele Abwehrzellen bestimmte Bindungsstellen für Vitamin D, wodurch ihre Aktivität reguliert wird. Vitamin D trägt somit auch zur normalen Funktion des Immunsystems bei.

## Was ist das Besondere an vitamin D-loges®?

Wissenschaftliche Studien zeigen: Auch eine einmal wöchentliche Aufnahme einer geeigneten Menge Vitamin D gewährleistet eine konstante Versorgung, ohne jeden Tag an die Einnahme denken zu müssen. Anders als andere Vitamine kann Vitamin D im Körper gespeichert werden und steht somit zur Verfügung, wenn es benötigt wird. Das innovative vitamin D-loges® bietet diese praktische Möglichkeit. Die wohlschmeckenden Gel-Tabs enthalten 140 µg (5.600 I.E.) Vitamin D. Einmal wöchentlich eingenommen entspricht dies der durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfohlenen täglichen Zufuhr von 20 µg Vitamin D3 (800 I.E.).

Der angenehm fruchtige Geschmack der patentierten Gel-Tabs machen vitamin D-loges® schnell zu einem beliebten wöchentlichen Ritual für die ganze Familie.

Wir wünschen Ihnen gute Gesundheit!

Ihre Dr. Loges + Co. GmbH

## Serviceangebot:

Ausführliche Informationen zu vitamin D-loges® 5.600 I.E. finden Sie auch im Internet unter [www.loges.de](http://www.loges.de). Gerne beantworten wir Ihre Fragen auch telefonisch unter (04171) 707-0 oder schreiben Sie uns per E-Mail an [info@loges.de](mailto:info@loges.de).

Dr. Loges   
Mit Natur und Verstand