

Zinkorotat-POS®

Zinkorotat-POS® magensaftresistente Tabletten



Packungsgrößen:
20 Tabletten
50 Tabletten
100 Tabletten
Rezeptfrei erhältlich in Ihrer Apotheke.

Zinkmangel kann bedeutend sein bei:

- Erkältung[1,2]
- Haut- und Haarprobleme
- Allergie
- Schwangerschaft
- Diabetes[2]

Bedarfsgerechte Zink-Versorgung in Arzneimittelqualität

- Organische Zinkverbindung mit guter Bioverfügbarkeit
- Gut verträglich & sanft zum Magen
- Individuelle Dosierung, abgestimmt auf den eigenen Bedarf
- Für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren
- Auch zur Anwendung bei Zinkmangel in Schwangerschaft & Stillzeit geeignet
- Unterstützt bei Zinkmangel das Immunsystem, die Hormonproduktion und das Haarwachstum

Zinkmangel sicher & effektiv beheben

Zink ist für viele lebenswichtige Funktionen im Körper unverzichtbar. Fehlt das wertvolle Spurenelement, wird das Immunsystem und damit unsere Abwehr von Krankheitserregern geschwächt. Zudem kann ein Zinkmangel zu Hautproblemen führen und zahlreiche Prozesse wie Zuckerstoffwechsel, Hormonproduktion oder Haarwachstum beeinträchtigen. Einem Zinkmangel sollte man daher vorbeugen oder bei einem bestehenden Mangel frühzeitig aktiv werden. Schafft man es nicht, den Zinkbedarf allein über die Ernährung abzudecken, kann ein Arzneimittel die ausreichende Versorgung mit dem wichtigen Spurenelement unterstützen. Zinkorotat-POS® lässt sich individuell dosieren und damit exakt auf den persönlichen Zinkbedarf abstimmen. Dank des speziellen Schutzfilms können die Tabletten den Magen unbeschädigt passieren, die empfindliche Magenschleimhaut bleibt geschützt. Freigesetzt wird das Zink erst im Dünndarm und kann dort optimal vom Körper aufgenommen und verwertet werden. Zinkorotat-POS® ist gut verträglich. Das Arzneimittel ist auch zur Therapie von Zinkmangelzuständen in Schwangerschaft und Stillzeit sowie für Kinder ab vier Jahren geeignet.

Organische Zinkverbindung für gute Bioverfügbarkeit

Es gibt viele verschiedene Zink-Zubereitungen. Doch nicht jede kann vom Körper gleich gut aufgenommen und genutzt werden. Mit Zinkorotat-POS® wurde gezielt eine organische Verbindung geschaffen. Das Zink ist dabei an natürliche Orotsäure gebunden, die auch im Körper vorkommt. Die Bioverfügbarkeit ist deshalb besonders gut. Dank des substanztypischen „Verzögerungseffekts" von Zinkorotat wird das Zink langsam und gleichmäßig freigesetzt. So werden die Zellen fortlaufend und anhaltend mit dem wichtigen Spurenelement versorgt. Dieser positive Effekt wird durch mehrere kleinere Zinkgaben über den Tag verteilt – anstelle einer einmaligen hohen Dosis – noch zusätzlich unterstützt.

Der notwendige Zinkbedarf kann sehr unterschiedlich sein. Abhängig von Alter, Geschlecht, Ernährung und vielen weiteren Faktoren, ist eine individuelle Dosierung von Zink sinnvoll. Zinkorotat-POS® deckt diese Notwendigkeit ab, da es individuell dosiert werden kann.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

Nehmen Sie Zinkorotat-POS® Tabletten unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit - am besten mit Wasser - mindestens eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten ein. Die zeitliche Trennung kann die Zinkaufnahme entscheidend verbessern.

Falls ärztlich nicht anders verordnet, nehmen Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren 3-mal täglich 1 Tablette Zinkorotat-POS®, bei Langzeitanwendung täglich 2 bis 3 Tabletten ein. Kinder zwischen 4 und 11 Jahren nehmen 2-mal täglich 1 Tablette ein.



ERKÄLTUNGEN & GRIPPALE INFEKTE

In Herbst und Winter ist unser Immunsystem ganz besonders gefordert, um Erkältungsviren abzuwehren. Gerade jetzt ist es wichtig, einem Zinkmangel effizient vorzubeugen. Hat einen dennoch ein Infekt erwischt, belegen Studien, dass Zink Dauer und Schweregrad der Erkältung noch mindern kann, wenn es innerhalb der ersten 24 Stunden nach Auftreten der ersten Beschwerden eingenommen wird.[3] Insbesondere im Winter spielt der Bedarf eine bedeutende Rolle, da hier der Zinkspeicher rechtzeitig aufgeladen sein sollte.

[3] Cochrane Library, 18 June 2013, Zinc for the common cold



HAUT- & HAARPROBLEME

Zink ist in Haut und Haaren in hoher Konzentration vorhanden. Ein Zinkmangel kann sich in verschiedenen Beschwerden äußern: Fette und unreine Haut mit vermehrter Pickelbildung, zunehmende Trockenheit und Juckreiz oder die Haut reagiert mit Überempfindlichkeit und Allergien. Zink kann bei Hautproblemen z.B. eine übermäßige Talgproduktion drosseln sowie die Wundheilung und eine gesunde Hauterneuerung fördern.



SCHWANGERSCHAFT & STILLZEIT

Der Zinkbedarf ist in der Schwangerschaft 50% höher als bei Nichtschwangeren und auch in der Stillzeit besteht ein höherer Bedarf, um den Säugling über die Muttermilch mit ausreichend Zink zu versorgen. Eine zusätzliche Zufuhr des Spurenelements fördert die gesunde Entwicklung des Kindes, kann den Folgen eines Zinkmangels bei der Mutter vorbeugen und die Bildung von Keratin und Kollagen für ein gesundes Haarwachstum unterstützen.



DIABETES MELLITUS

Diabetiker haben ein erhöhtes Risiko für einen Zinkmangel. Aufgrund des gestörten Stoffwechsels wird Zink bei Diabetes schlechter aufgenommen und zudem in größerer Menge über die Nieren mit dem Urin ausgeschieden. Ein Zinkmangel kann ernsthafte Folgen haben: Der Blutzuckerspiegel lässt sich schwerer senken, typische Folgeschäden der Erkrankung schreiten schneller voran und das Immunsystem wird zusätzlich geschwächt.

HÄUFIGE FRAGEN & ANTWORTEN:

Wie macht sich ein Zinkmangel bemerkbar?

Ein Zinkmangel kann oft über Monate unentdeckt bleiben, da der Körper die fehlende Versorgung zunächst auszugleichen versucht. Umso schwerer können jedoch die Folgen bei einem länger anhaltenden Mangel sein. Achten Sie deshalb unbedingt auf erste Warnzeichen wie:

- Müdigkeit, Antriebslosigkeit und Konzentrationsprobleme
- häufige Erkältungen und Infektionen wie z. B. Herpes, Pilzerkrankungen oder Bronchitis
- trockene, schuppige Haut oder schlecht heilende Verletzungen
- sprödes, kraftloses Haar oder verstärkten Haarausfall.

Auf Anzeichen eines Zinkmangels sollte man rechtzeitig reagieren und gezielt zinkreiche Lebensmittel in den Speiseplan einbauen. Reicht das alleine nicht aus, kann Zinkorotat-POS® eine gute Unterstützung sein, um die Zinkspeicher aufzufüllen.

Welche Lebensmittel enthalten viel Zink?

Für eine gesunde Versorgung des Körpers mit allen wichtigen Nähr- und Vitalstoffen rät die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) zu einer vollwertigen Mischkost. Folgt man diesen Empfehlungen, ist man bei einem normalen Bedarf auch mit Zink ausreichend versorgt.
Gute Zinklieferanten sind vor allem Fleisch, Fisch und Milchprodukte sowie Vollkorngetreide, Hülsenfrüchte und Nüsse. Unser Körper kann Zink aus tierischen Lebensmitteln allerdings leichter aufnehmen als aus pflanzlichen Quellen. Menschen, die eine vegetarische oder vegane Ernährungsweise bevorzugen, sollten deshalb besonders achtsam bei der Wahl der Lebensmittel sein. Einige pflanzliche Lebensmittel wie Vollkorngetreide, Gemüse und Cerealien enthalten Phytate, die die Zinkaufnahme hemmen. Zinkreiche Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte sollte man deshalb vor dem Verzehr einweichen, säuern, keimen oder fermentieren lassen.

Wie hoch ist der Zinkbedarf eines Menschen?

Alter	Zink[a] mg/Tag					
	m			w		
	niedrige Phytatzufuhr[b]	mittlere Phytatzufuhr[c]	hohe Phytatzufuhr[d]	niedrige Phytatzufuhr[b]	mittlere Phytatzufuhr[c]	hohe Phytatzufuhr[d]
Säuglinge						
0 bis unter 4 Monate[e]	1,5					
4 bis unter 12 Monate	2,5					
Kinder und Jugendliche						
1 bis unter 4 Jahre	3					
4 bis unter 7 Jahre	4					
7 bis unter 10 Jahre	6					
10 bis unter 13 Jahre	9			8		
13 bis unter 15 Jahre	12			10		
15 bis unter 19 Jahre	14			11		
Erwachsene						
19 bis unter 25 Jahre	11	14	16	7	8	10
25 bis unter 51 Jahre	11	14	16	7	8	10
51 bis unter 65 Jahre	11	14	16	7	8	10
65 Jahre und älter	11	14	16	7	8	10
Schwangere						
1. Trimester				7	9	11
2. und 3. Trimester				9	11	13
Stillende				11	13	14

Quelle Tabelle:
Stand 2019: https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/zink/?L=0
[a] Die Absorption von Zink wird bei Erwachsenen durch den Phytatgehalt der Nahrung beeinflusst. Daher wird die empfohlene Zufuhr für Zink in Abhängigkeit von der Phytatzufuhr angegeben.
[b] entspricht einer Phytatzufuhr von 330 mg/Tag (0,5 mmol/Tag); eine niedrige Phytatzufuhr und damit eine hohe Zinkabsorption liegt bei Ernährungsweisen vor, bei denen der Verzehr von Vollkornprodukten sowie Hülsenfrüchten gering ist und die Proteinquellen vorrangig tierischer Herkunft sind
[c] entspricht einer Phytatzufuhr von 660 mg/Tag (1,0 mmol/Tag); eine mittlere Phytatzufuhr und damit eine moderate Zinkabsorption liegt bei Ernährungsweisen vor, die Proteinquellen tierischer Herkunft, darunter auch Fleisch oder Fisch, sowie Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte einschließen (entsprechend einer vollwertigen Ernährung) oder bei einer vegetarischen bzw. veganen Ernährung mit vorrangig hoch ausgemahlenen, gekeimten oder fermentierten Getreideprodukten
[d] entspricht einer Phytatzufuhr von 990 mg/Tag (1,5 mmol/Tag); eine hohe Phytatzufuhr und damit eine verringerte Zinkabsorption liegt bei Ernährungsweisen vor, bei denen der Verzehr von Vollkornprodukten (vor allem nicht gekeimte oder unfermentierte) und Hülsenfrüchten hoch ist und die Proteinquellen vorrangig oder ausschließlich pflanzlicher Herkunft sind (z. B. Soja)
[e] Hierbei handelt es sich um einen Schätzwert.

[1] Infolge ernährungsmäßig nicht behebbarer, zinkmangelbedingter Schwächung des Immunsystems. Zinkorotat-POS® 40 mg, magensaftresistente Tabletten. **Wirkstoff:** Zinkorotat × 2 H_2O, 40 mg (entspr. 6,3 mg Zink). **[2]Anwendungsgebiete:** Behandlung von Zinkmangelzuständen, die ernährungsmäßig nicht behoben werden können. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** URSAPHARM Arzneimittel GmbH, Industriestraße 35, 66129 Saarbrücken, www.ursapharm.de
Stand: Januar 2019.

Bildquellen: iStock.com/stockfour, iStock.com/dragana991, iStock.com/Jun, iStock.com/Vasyl Dolmatov, iStock.com/Ta Nu