

Vitrum D3 kapsułki x 60



Nasza cena: 20,55 zł

Opis słownikowy

Opakowanie	*60
Postać	KAPS.
Producent	Takeda Pharma Polska [PL]
Rejestracja	Suplement diety

Opis produktu

Opis

Vitrum D3 – kapsułki zawierające witaminę D (cholekalcyferol) rozpuszczoną w oleju z krokosza barwierskiego, co ułatwia wchłanianie witaminy D.

Rola witaminy D:

Witamina D odgrywa bardzo ważną funkcję w zachowaniu prawidłowego stanu zdrowia i bierze udział w wielu procesach życiowych. Przede wszystkim, witamina D wywiera wpływ na gospodarkę wapniowo - fosforanową i metabolizm tkanki kostnej.

Ponadto witamina D:

- Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego.
- Wpływa na utrzymanie zdrowych kości i zębów.
- Pomaga we właściwym wchłanianiu wapnia i fosforu, jest niezbędna do utrzymania prawidłowego poziomu wapnia we krwi.
- Odgrywa ważną rolę w funkcjonowaniu mięśni, ponieważ w mięśniach znajduje się receptor witaminy D, który odpowiada za siłę mięśni i ich masę.
- Ponadto witamina D odgrywa ważną rolę w skurczach mięśni.
- Bierze udział w procesie podziału komórek.
- Pomaga zmniejszyć ryzyko upadku związane z niestabilnością postawy i osłabieniem mięśni.

Zapotrzebowanie na witaminę D:

Optymalne stężenie witaminy D (25(OH)D) we krwi osoby dorosłej powinno wynosić 30-50 ng/ml. Uznaje się, że u większości osób w Polsce, podobnie jak w innych krajach w tej szerokości geograficznej, zalecana jest suplementacja witaminą D, z uwagi na niewystarczającą podaż w normalnej diecie i niedostateczną ekspozycję na światło słoneczne w ciągu roku. W Polsce wystarczająca

synteza skórna ma miejsce jedynie w miesiącach od kwietnia do września, przy zapewnieniu ekspozycji na słońce minimum 18% powierzchni ciała – bez stosowania filtrów ochronnych – w godzinach 10 - 15 przez co najmniej 15 minut.

Osobami, które szczególnie wymagają dodatkowej suplementacji diety witaminą D są:

- osoby, które prowadzą siedzący tryb życia i rzadko przebywają na słońcu,
- mieszkający na terenach o niewielkim rocznym nasłonecznieniu (np. Polska), co wynika z położenia geograficznego,
- osoby regularnie stosujące kremy z filtrami przeciwsłonecznymi (filtr UV 15 blokuje syntezę skórnej witaminy D w 99%),
- osoby powyżej 65 roku życia (ze względu na zmniejszoną syntezę witaminy D w skórze).

Składniki:

olej z krokosza barwierskiego (*Carthamus tinctorius* L.), żelatyna, substancja utrzymująca wilgoć (glicerol), witamina D (cholekalcyferol)

Zalecane spożycie:

- dorośli, kobiety planujące ciążę, w ciąży i karmiące piersią, dzieci od 6 r.ż., młodzież, osoby po 60 r.ż. 1 kapsułkę dziennie.

Ważna informacja:

Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Preparat nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Prowadzenie zdrowego trybu życia i stosowanie zrównoważonej diety są niezbędne dla zachowania dobrego stanu zdrowia. Nie stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek składnik preparatu

INFORMACJE DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

Nie przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia.

Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.

Dla zdrowia ważna jest zróżnicowana dieta oraz zdrowy tryb życia.

Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.

Nie należy stosować preparatu w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek składnik preparatu.

Nie należy spożywać po upływie daty minimalnej trwałości.