

# Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E.

## Vitamin D<sub>3</sub>

Nahrungsergänzungsmittel

Die wichtige Bedeutung von Vitamin D für unsere Gesundheit ist zwischenzeitlich allgemein bekannt. Nicht umsonst wird es als das Multitalent unter den Vitaminen bezeichnet - es beeinflusst die Funktion zahlreicher Organe und Gewebe.

### Was ist Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>?

Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. ist ein Vitaminpräparat bestehend aus 2.000 internationalen Einheiten Vitamin D<sub>3</sub> (Cholecalciferol).

Vitamin D - auch „das Sonnenvitamin“ genannt - ist ein Vitamin, dessen Vorstufe mit Hilfe der UV-Strahlen des Sonnenlichts in der menschlichen Haut gebildet und im Folgenden in Leber und Niere in seine aktive Form (1,25-Dihydroxycholecalciferol) überführt wird. Neben der Bereitstellung von Vitamin D über die körpereigene Produktion kann diese hormonähnliche Substanz außerdem über die Nahrung zugeführt werden. Gute Quellen hierfür sind fettreiche Lebensmittel wie Hering, Makrele, Eigelb, Leber aber auch Pilze.

### Wann wird Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub> verzehrt?

Vitamin D ist für vielerlei Prozesse in unserem Körper essentiell, weshalb jeder auf eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub> achten sollte. Der Verzehr von Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. empfiehlt sich besonders, wenn eine gesunde Vitamin D-Versorgung nicht gewährleistet ist: z.B. aufgrund einer nicht ausreichenden Zufuhr Vitamin D-reicher Lebensmittel oder einer eingeschränkten körpereigenen Bildung durch mangelnde Sonnenexposition.

### Eine ausreichende Versorgung an Vitamin D trägt bei zur Erhaltung Ihrer normalen

- Aufnahme und Verwertung der Mineralstoffe Calcium und Phosphor sowie des Calciumspiegels im Blut,
- Zähne, Knochen- und Muskelfunktion,
- Zellteilung und
- Funktion des Immunsystems.

### Für wen ist Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub> besonders geeignet?

Die Versorgung der Bevölkerung in Deutschland mit Vitamin D ist vielfach unzureichend - jeder 2. Bundesbürger ist unterversorgt, was die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) erst kürzlich dazu veranlasst hat, ihre Referenzwerte für eine ausreichende tägliche Zufuhr für Vitamin D zu vervierfachen.

Eine Unterversorgung an Vitamin D ist durch ein Zusammenspiel vielerlei Faktoren zu begründen:

Über die Nahrung wird die Vitamin D-Versorgung meist nur unzureichend gedeckt, da speziell die Vitamin D-reichen Lebensmittel wie Fisch und Leber zu selten verzehrt werden. Eine körpereigene Produktion von Vitamin D jedoch ist nur unter ausreichender Sonneneinstrahlung und in Deutschland folglich vorwiegend während der Sommermonate Mai bis August gewährleistet. Durch den vornehmlichen Aufenthalt in geschlossenen Gebäuden, die Bedeckung unserer Haut mit Bekleidung und den Einsatz von Sonnenschutzmitteln ist eine ausreichende Sonneneinwirkung für

die körpereigene Vitamin D-Produktion jedoch oftmals selbst dann nicht gesichert. Hinzu kommt die nachlassende körpereigene Produktion bei Menschen ab ca. 65 Jahren aufgrund der mit zunehmendem Alter abnehmenden Hautdicke.

**Wie ist Vitagamma® D3 2.000 I.E. Vitamin D3 anzuwenden?**

Um eine langfristig ausreichende Versorgung unabhängig von Jahreszeit und Sonnenexposition sicherstellen zu können ist die Einnahme eines geeigneten Vitamin D<sub>3</sub>-Präparats empfehlenswert. Da Vitamin D als fettlösliches Vitamin im Fettgewebe gespeichert werden kann, ist ein täglicher Verzehr jedoch nicht notwendig.

Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. enthält in einer Tablette 50 µg (2000 I.E.) Vitamin D<sub>3</sub>.

Mit einem regelmäßigen Verzehr einer Tablette jeden 2. Tag trägt Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. maßgeblich dazu bei, Ihre Vitamin D-Versorgung langfristig sicherzustellen.

Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. ist unzerkaut zu einer beliebigen Mahlzeit mit reichlich Flüssigkeit zu verzehren.

Sollten Sie unsicher sein, wie Sie Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. anwenden sollen oder Ihre Verzehrmenge an individuelle Bedürfnisse anpassen wollen, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Zutaten:**

Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Vitamin-D-Konzentrat (Gelatine, Zucker, Maisstärke, *Sojabohnenöl* teilweise gehärtet, Cholecalciferol

[Vitamin D<sub>3</sub>], Antioxidationsmittel: alpha-Tocopherol); Füllstoffe: Polyvinylpyrrolidon, Sili- ciumdioxid, vernetzte Natriumcarboxymethyl- cellulose; Trennmittel: Talkum, Mono- und Di- glyceride von Speisefettsäuren.

- gluten- und laktosefrei -
- frei von Konservierungs- und Farbstoffen -

**Hinweis:**

Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungs- ergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwen- det werden.

**Aufbewahrung:**

Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C.

**Packungsgrößen:**

Vitagamma® D<sub>3</sub> 2.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub> ist in Packungen zu 50 Tabletten, 100 Tabletten und 200 Tabletten in allen Apotheken erhältlich.

WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG  
Calwer Straße 7, 71034 Böblingen

info@woerwagpharma.com  
www.woerwagpharma.com

<b>Vitagamma® D3 2.000 I.E. Vitamin D3</b>		
<b>Nährstoffe</b>	<b>pro Tablette (Verzehrmenge jeden 2. Tag)</b>	<b>trägt bei zur Erhaltung der normalen</b>
Vitamin D <sub>3</sub>	50 µg (= 2.000 I.E.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufnahme und Verwertung der Mineralstoffe Calcium und Phosphor</li> <li>- Calciumspiegel im Blut</li> <li>- Zähne, Knochen und Muskelfunktion</li> <li>- Zellteilung</li> <li>- Funktion des Immunsystems</li> </ul>

**WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG**  
**Calwer Str. 7, 71034 Böblingen**

