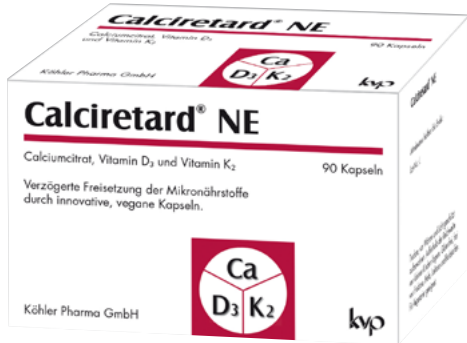




Calciretard® NE

Calciretard® NE



Calciumcitrat, Vitamin D₃ und Vitamin K₂

- Calcium wird für die Erhaltung normaler Knochen und Zähne benötigt
- Vitamin D trägt zur Aufnahme und Verwertung von Calcium und somit zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei
- Vitamin K₂ trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- Mikronährstoffe werden verzögert freigesetzt und vor dem sauren Milieu im Magen geschützt
- Glutenfrei, frei von Fruktose, Hefe, Laktose und Farbstoffen
- Für Vegetarier*innen und Veganer*innen geeignet
- In Packungen zu 15, 60 und 90 Kapseln erhältlich

Calcium – Unverzichtbar für den menschlichen Körper

Calcium ist der Mineralstoff mit dem höchsten Anteil im menschlichen Körper. Er wird für die Erhaltung normaler Knochen und Zähne benötigt. Calcium trägt zu einer normalen Muskelfunktion und einem normalen Energiestoffwechsel bei. Außerdem trägt Calcium zu einer normalen Blutgerinnung, einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen sowie einer normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei.

Der Körper kann Calcium nicht selbst herstellen und ist daher auf eine regelmäßige Zufuhr über die Ernährung angewiesen. Calcium ist in vielen tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln enthalten. Dennoch liegt die durchschnittliche Calciumzufuhr in der deutschen Bevölkerung unter der empfohlenen Zufuhrmenge.

Wie äußert sich ein Calcium-Mangel?

Wird längere Zeit zu wenig Calcium über die Nahrung zugeführt oder im Darm zu wenig Calcium aufgenommen (z. B. bei einem Vitamin-D-Mangel), gleicht der Körper die Unterversorgung aus, indem er Calcium aus den Knochen freisetzt.

Als Folge des Abbaus an Knochenmasse und der geringeren Mineralisierung verlieren die Knochen mit der Zeit an Stabilität. Letztlich kann ein anhaltender Calcium-Mangel bei Kindern zu einer Rachitis bzw. bei Erwachsenen zu einer Osteomalazie bzw. Osteoporose führen.

Vitamin D₃ und Vitamin K₂ unterstützen die Wirkungen von Calcium

Ernährungswissenschaftler haben in den letzten Jahren die Bedeutung einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D₃ und Vitamin K₂ für die Erhaltung normaler Knochen erkannt.

Vitamin D trägt nämlich zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium sowie einem normalen Calciumspiegel im Blut bei, indem es die Calciumaufnahme aus dem Darm fördert und die Calciumausscheidung über die Niere verzögert. So trägt Vitamin D dazu bei, dass höhere Calciumspiegel länger im Körper aufrecht erhalten bleiben, als durch die alleinige Einnahme von Calcium.

Zusätzlich unterstützt Vitamin K₂ die Wirkungen von Calcium auf den Körper, da es zur Erhaltung normaler Knochen und einer normalen Blutgerinnung beiträgt.

Calciretard® NE – Das starke Trio für gesunde Knochen

Calcium plus Vitamin D plus Vitamin K tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Calciretard® NE enthält den wichtigen Mineralstoff Calcium in Form von Calciumcitrat. Aufgrund der organischen Chelatverbindung ist Calcium für den Körper gut verfügbar. Vitamin K₂ ist in Form des sehr gut bioverfügbaren Menachinon-7 in der all-trans-Form enthalten. Durch die innovativen, veganen Retard-Kapseln werden die Mikronährstoffe verzögert freigesetzt und so vor den sauren Bedingungen im Magen geschützt. Calciretard® NE ist frei von Gluten, Fruktose, Hefe, Laktose und Farbstoffen. Die Nahrungsergänzung ist auch für Vegetarier*innen und Veganer*innen geeignet.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNG

2 bis 3 Kapseln täglich mit genügend Flüssigkeit vor den Mahlzeiten einnehmen.



WELCHE PERSONEN HABEN EIN ERHÖHTES RISIKO FÜR EINEN CALCIUMMANGEL?

Die Gruppe der Personen, die besonders auf eine ausreichende Calcium-Versorgung achten müssen, ist vielfältig. Bei Leistungssportlern, Jugendlichen sowie in der Schwangerschaft, Stillzeit, bei Frauen in und nach den Wechseljahren sowie bei Personen ab dem 50. Lebensjahr besteht ein erhöhter Calcium-Bedarf. Im Alter lässt die Calciumresorption im Darm nach. Außerdem weisen Senioren häufiger einen Vitamin-D-Mangel auf, was die Calcium-Aufnahme zusätzlich verringert. Einige Medikamente können ebenfalls die Calciumresorption beeinträchtigen.

Ist der Tagesbedarf über die Ernährung nicht zu erreichen, kann der Verzehr eines Nahrungsergänzungsmittels mit Calcium und den Vitaminen D₃ und K₂ sinnvoll sein.



WAS ENTHÄLT VIEL CALCIUM?

Gute Calciumquellen sind vor allem Milch und Milchprodukte. Zudem ist in grünem Gemüse und Hülsenfrüchten viel Calcium enthalten. Calcium aus tierischen Produkten ist für den Körper allerdings besser verfügbar. Bei Lactoseintoleranz sowie einer vegetarischen oder veganen Ernährung ist daher besonders auf eine ausreichende Calcium-Zufuhr zu achten.



WO IST VITAMIN D ENHALTEN?

Vitamin D nimmt eine Sonderstellung unter den Vitaminen ein, da es der Körper durch Sonnenbestrahlung der Haut selbst bilden kann. Bei zu geringer Sonnenexposition kann die Gefahr eines Vitamin-D-Mangels bestehen. Lebensmittel, die Vitamin D enthalten, sind z.B. fettreiche Fische, Leber und Eigelb.



WELCHE LEBENSMITTEL ENTHALTEN VIEL VITAMIN K₂?

Vitamin K₂ kommt natürlicherweise in tierischen Lebensmitteln wie z.B. in Fleisch (vor allem in Leber) und Eiern vor. Vitamin K₂ ist zudem in durch Milchsäurebakterien fermentierten Nahrungsmitteln wie z.B. Sauerkraut, Joghurt und einigen Käsesorten enthalten.

HÄUFIGE FRAGEN & ANTWORTEN

Was ist in Calciretard® NE enthalten?

1 Kapsel enthält:
476 mg Calciumcitrat, entsprechend 100 mg Calcium
16,7 µg Vitamin D₃, entsprechend 667 Internationale Einheiten (I.E.)
30 µg Vitamin K₂ (Menachinon-7) in der all-trans-Form

Wie ist Calciretard® NE einzunehmen?

2 bis 3 Kapseln täglich mit genügend Flüssigkeit vor den Mahlzeiten einnehmen.

Was ist bei der Einnahme von Calciretard® NE zu beachten?

Bei Einnahme von gerinnungshemmenden Arzneimitteln vom Cumarin-Typ nur nach Rücksprache mit einem Arzt verwenden. Nicht für Kinder unter 11 Jahren geeignet. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden.