

Vitamin D3 und Vitamin K2

Vitamin D sorgt dafür, dass wir das Calcium aus der Nahrung überhaupt erst aufnehmen können. Fehlt Vitamin D, können wir so viel Calcium essen, wie wir wollen. Es würde kaum aus dem Darm resorbiert werden.

Die heute übliche Nahrung ist äusserst arm an Vitamin D. Vitamin D kann aber auch im Körper selbst gebildet werden, nämlich in der Haut. Dazu muss die Haut von der Sonne beschienen werden. Wer sich nicht regelmässig (und zwar ohne Sonnencreme!) unter freiem Himmel aufhält, läuft daher Gefahr, einen Vitamin-D-Mangel zu entwickeln.

Vitamin D3 ist die bereits aktive Vitamin-D-Form. Sie benötigt keine Sonnenbestrahlung mehr, um wirken zu können.

Damit unser Körper das Calcium – das dank Vitamin D3 nun im Blut kursiert – auch in die Knochen einbauen kann (und nicht etwa in die Blutgefässwände), ist Vitamin K nötig. Vitamin K2 reguliert darüber hinaus die Blutgerinnung.

Vitamin D und Vitamin K sind Partner, die zusammen Mehr erreichen.

Verzehrempfehlung:

täglich 1 Kapsel zu einer Mahlzeit einnehmen (oder mehr).

Hinweis für Schwangere, Stillende, Diabetiker und Hypoglykämiker

Besprechen Sie eine Einnahme bitte mit Ihrem ganzheitlichen Therapeuten.

Inhaltsstoffe pro Kapsel

Vitamin D3 - (2,5mcg Cholecalciferol pro mg): 10mg

Vitamin K2 (0,2% = 90mcg) Menachinon-7: 45mg

Mikrokristalline Cellulose: 150mg