



**THE NUTRI STORE**

# Selen

## Mono Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel  
für den zusätzlichen  
Selen-Bedarf

**100 µg Selen Se<sup>4+</sup>  
pro Kapsel**



**180 Kapseln = 77 g**

**Verzehrempfehlung:** Verzehren Sie täglich 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit während einer Mahlzeit.

Die empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Selen Mono Kapseln sollten nicht gleichzeitig mit Vitamin C verzehrt werden, da durch Vitamin C die optimale Aufnahme von Natriumselenit beeinträchtigt werden kann. Es empfiehlt sich in diesem Fall ein zeitlicher Abstand von mindestens 1 Stunde.

Zusammensetzung	pro Kapsel (= Tagesdosis)	in %*	pro 100 g
Selen	100,0 µg	182	22,7 mg

\*Empf. Tagesbedarf nach RDA gemäß Nährwert-Kennzeichnungsverordnung

**Zutaten:** Füllstoffe Calciumcarbonat, Maisstärke; Gelatine, Füllstoff Maltodextrin, Trennmittel Magnesiumstearat, Natriumselenit (0,02 % Selen)

**Nahrungsergänzungsmittel Inhalt: 180 Kapseln = 77 g**

Mindestens haltbar bis Ende / L.-Bz.: 31.12.2017  
#5987790-1406

Trocken, kühl und lichtgeschützt sowie außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

**Hirundo Products Vertriebsanstalt**

Postfach 367 - FL-9493 Mauren [www.nutristore.li](http://www.nutristore.li)

Selen ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, das für den Organismus von großer Bedeutung ist. Es kann vom Körper nicht selbst gebildet werden und muss daher täglich mit der Nahrung aufgenommen werden. Selen kommt hauptsächlich im Fisch und in der Leber vor. Obst und Gemüse enthalten je nach Region sehr wenig oder gar kein Selen. Der Organismus benötigt pro Tag 50 bis 100 µg Selen.

Selen ist ein zentraler Baustein vieler Enzyme, die wichtige Funktionen im Körper erfüllen. Selen trägt u. a. zum Erhalt gesunder Haare und Nägel bei, zur normalen Funktion der Schilddrüse und des Immunsystems sowie zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress. Besonders bei hoher körperlicher Belastung und Stress, im Alter und während Schwangerschaft und Stillzeit benötigt der Körper Selen, wird jedoch oft nicht ausreichend mit dem wichtigen Mikronährstoff versorgt.

Jede Selen Mono Kapsel enthält 100 µg reines Selen aus Natriumselenit. Bereits eine Selen Mono Kapsel kann den täglichen Bedarf an Selen decken.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Bitte achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Mehr Informationen:  
[www.nutristore.li](http://www.nutristore.li)



PZN -05987790