



Ortho Doc®  
MEINE NÄHRSTOFFE

## Vitamin C 1000

Nahrungsergänzungsmittel  
mit Vitamin C (aus Calciumascorbat)  
und Zitrusextrakt



vegan



glutenfrei



laktosefrei



fructosefrei

### Vitamin C ist wichtig für:

- ✓ Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung bei.
- ✓ Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- ✓ Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.
- ✓ Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

Zusammensetzung	pro 2 Kapseln	% NRV*
Vitamin C	1000 mg	1250
Zitrusfruchtextrakt	50 mg	-

\* Referenzwerte für die tägliche Nährstoffzufuhr (NRV)

#### Verzehrempfehlung:

2x täglich eine Kapsel mit Flüssigkeit verzehren. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel dient nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eines gesunden Lebensstils. Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

#### Warnhinweis:

Bei Nierensteinen aus Oxalat, bestimmten Erkrankungen bei denen zu viel Eisen im Körper gespeichert wird sowie Glucose-6-phosphat-Dehydrogenase-Mangel sollten 1.000 mg Vitamin C erst nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden.

**Zutaten:** Calciumascorbat, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose, Zitrusfruchterextrakt (aus Bitterorange).

60 Kapseln zur Nahrungsergänzung = 47 g

**PZN 06325186 / Preis: 11,95 €**

Kyberg Vital GmbH, Keltenring 8, D-82041 Oberhaching,  
[www.kyberg-vital.de](http://www.kyberg-vital.de), [info@kyberg-vital.de](mailto:info@kyberg-vital.de)

# Vitamin C 1000

entsprechen 2 Kapseln

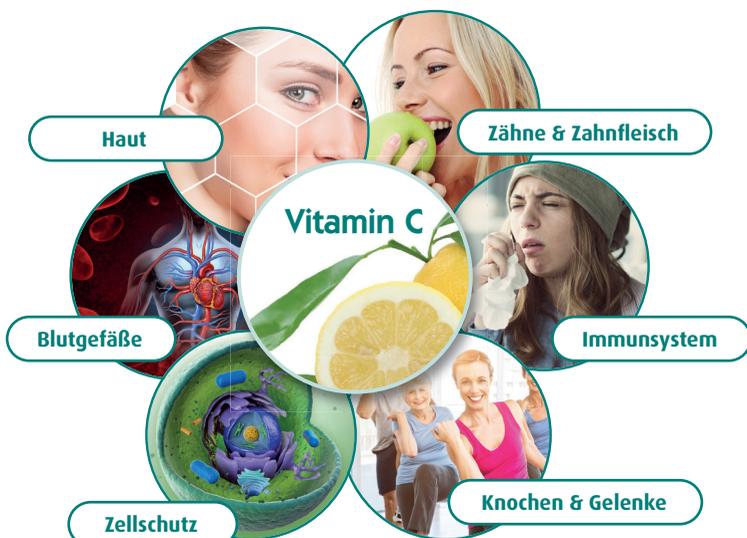
Nahrungsergänzungsmittel  
mit Vitamin C und Zitrusfruchtextrakt

Ortho Doc®  
MEINE NÄHRSTOFFE

## Vitamin C

Vitamin C zählt zu den wasserlöslichen Vitaminen und wird aufgrund seiner chemischen Struktur auch als Ascorbinsäure bezeichnet.

Dass Vitamin C zu den wichtigsten Nährstoffen für ein starkes Immunsystem zählt, ist allen bestens bekannt. Aber das ist lange noch nicht alles, was es zu bieten hat, denn es ist zusätzlich an einer Vielzahl physiologischer Prozesse beteiligt. Durch seine vielfältigen Aufgaben und Funktionen im Körper trägt es unter anderem dazu bei, eine normale Funktion des Energiestoffwechsels und des Nervensystems aufrechtzuerhalten. Auch bei der Kollagensynthese des Bindegewebes spielt es eine wichtige Rolle und ist damit am Aufbau von Knochen, Gelenken, Zähnen, Gefäßen und der Haut beteiligt.



Als Teil unseres antioxidativen Abwehrsystems schützt es die Zellen zudem vor oxidativen Schäden durch Radikale, die während des Stoffwechsels, aber auch durch äußere Einflüsse, wie UV-Strahlung oder Umweltgifte, entstehen. Zudem wirkt es sich positiv auf andere wichtige Nährstoffe aus und so verbessert es

die Eisenaufnahme, fördert die Calcium- und Phosphorverwertung und regeneriert verbrauchtes Vitamin E.

Seine Funktion bei diesen physiologischen Prozessen zeigt, wie wichtig eine ausreichende Versorgung an Vitamin C für unseren Körper ist.

Zu den Vitamin C reichsten Obstsorten zählen Hagebutte, Acerola und Sanddorn, beim Gemüse haben Paprika, Brokkoli und Rosenkohl die Nase vorn. Obwohl man sie sofort mit Vitamin C in Verbindung bringt, enthalten Zitronen verhältnismäßig wenig davon, vor allem als „heiße Zitrone“, da hier das Vitamin C durch die hohen Temperaturen verloren geht.



Bei einer unausgewogenen Ernährung und zur Unterstützung des Immunsystems kann eine Supplementierung durch Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll sein. Die Säureeigenschaft des Vitamins führt bei der Einnahme jedoch häufig zu Reizungen des Magendarmtraktes. Verknüpft man die Säuregruppe am Vitamin C jedoch mit einer anderen Komponente, wie z.B. Calcium, liegt diese nicht mehr frei vor und unerwünschte Nebenwirkungen können reduziert werden. Diese Verbindungen werden auch als „gepuffertes“ Vitamin C bezeichnet. Als Calciumverbindung verringert sich zudem die Wasserlöslichkeit und damit auch der Verlust von Vitamin C bei der Aufnahme.

Calciumascorbat stellt somit eine vorteilhafte und schonende Form einer Nahrungsergänzung mit Vitamin C dar.