

## Gebrauchsinformation

### Vitamin D3 800 freefrom

#### Nahrungsergänzungsmittel

Vitamin D ist für den menschlichen Organismus von vielfältiger Bedeutung. Es gilt als „Einbauhelfer“ von Calcium und trägt so zum Erhalt normaler Knochen und Zähne bei. Darüber hinaus unterstützt Vitamin D die Funktion des Immunsystems und der Muskeln. Durch regelmäßige Einwirkung von Sonnenlicht auf die Haut kann der Körper Vitamin D selbst bilden. Diese Eigenproduktion reicht jedoch in unseren Breitengraden, besonders in den dunkleren Herbst- und Wintermonaten, in denen das Immunsystem stärker gefordert wird, häufig nicht aus. Zudem nimmt die Fähigkeit des Körpers, Vitamin D selbst zu bilden, mit fortgeschrittenem Lebensalter ab. Vitamin D kann auch über die Nahrung aufgenommen werden – wobei es in nennenswerten Mengen nur in Fischöl vorkommt.

Bei geringer bzw. fehlender Eigenproduktion oder bei erhöhtem Bedarf empfiehlt sich eine Nahrungsergänzung mit Vitamin D.

**Vitamin D 800 I.E. Tabletten** enthalten - wie von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (kurz DGE) empfohlen - 20 µg (entsprechend 800 I.E.) Vitamin D3 pro Tablette. Mit einer **Vitamin D 800 I.E. Tablette** täglich leisten Sie einen wichtigen Beitrag für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

**Verzehrempfehlung:** Täglich **1 Vitamin D 800 I.E. Tablette** mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

**Zutaten:** Stabilisator Sorbit, Vitamin D3, Trennmittel: Magnesiumsalze von Speisefettsäuren, Kokosöl.

**Glutenfrei und Laktosefrei.**

**Inhalt:** 90 Tabletten = 49,5 g

Nährwertangaben	pro 100g	pro Tablette/ (RDA)*
Vitamin D3	3,6mg	20µg/ (400%)
Brennwert	1015,8 kJ (243,9 kcal)	5,64 kJ (1,36 kcal)
Fett	1,2g	6,6mg
davon gesättigte Fettsäuren	1,2g	6,6mg
Kohlenhydrate	97g	539mg
davon Zucker	<0,2g	<1mg
Eiweiß	0g	0g
Salz	0g	0g

\*RDA = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis

**Vitamin D 800 I.E. Tabletten** stets verschlossen, kühl und trocken lagern.

#### Nahrungsergänzungsmittel

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Außerhalb der Reichweite kleiner Kinder aufbewahren.

**Hinweis:** Für Kinder unter 12 Jahren und Schwangere nicht geeignet. Weitere Vitamin D-haltige Präparate sollten nicht ohne ärztliche Rücksprache eingenommen werden. Sorbit kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Mindestens haltbar bis Ende: siehe Seitenlasche

**Mindestens haltbar bis Ende:** [Monat/Jahr]

**LOT:**

#### Pharmazeutischer Unternehmer/ Hersteller

Apofaktur e.K.

Bahnhofstraße 52, D-70734 Fellbach