

Bio-D3-Vitamin tabletter

Bio-D3-Vitamin tabletter

0490

[Pharma Nord \(Danmark\);](#)

D-vitamin er nyttig for skjelettet, dessuten styrkende for immunforsvaret.

D-vitamin er et fettløselig vitamin som dannes i huden, når den blir påvirket av de ultrafiolette strålene fra sollyset. D-vitamin er spesielt viktig for kroppens opptak og omsetning av kalk, dannelsen av knokler og for mineraltettheten i skjelettet. D-vitamin påvirker dessuten differensiering av hvite blodceller og er derfor viktig også for immunforsvaret. Nyere undersøkelser viser at mange som bor her oppe i nord får for lite D-vitamin. Da er det nyttig å tilføre dette vitaminet som kosttilskudd i den formen som er lettest opptakelig for kroppen: D3-vitamin.

Solen er den aller viktigste kilden til D-vitamin. Hudfargen påvirker hvor mye vitamin D som dannes i kroppen. Har du mørk hud, dannes det mindre D-vitamin. Har du lys hud, dannes det mer.

Personer som kan ha spesielt behov for kosttilskudd av D-vitamin:

- Eldre mennesker (evnen til å danne D-vitamin reduseres med alderen, dessuten blir det ofte færre timer ute i solen)
- Kronisk syke mennesker (spesielt ved bevegesproblemer)
- Mennesker med gikt og/eller osteoporose
- Mørkhudede mennesker
- Kvinner som tildekker ansiktet helt eller delvis (stoffet bremser sollysets UV-stråler)
- Gravide og ammende (økt kalsiumbehov fører til økt behov for D-vitaminets evne til å fremme opptaket av kalsium i kroppen)
- Vegetarianere (D-vitamin finnes ikke i planter)

Nordiske anbefalinger for daglig D-vitamin inntak:

0-2 år: 10 mcg

2-60 år, ved normal UV-eksponering og lys hud: 7,5 mcg

2-60 år, ved lite UV-eksponering/mørk hud: 10 mcg

Gravide/ammende: 10 mcg

Over 60 år: 10 mcg

Pleietrengende/bevegelseshemmede: 20 mcg

Innhold:

Vitamin: kolekalsiferol (D3). Fyllemiddel: mikrokrySTALLinsk cellulose (E460) glukose monohydrat. Overflatebehandlingsmiddel: hydroksypropylmetylcellulose (E464). Smaksforsterker: sitronsyre (E330). Antiklumpemiddel: magnesiumstearat (E470b), peppermyntepulver. Aroma: vanillin.

Halal-sertifisert.

Kan brukes av veganere.

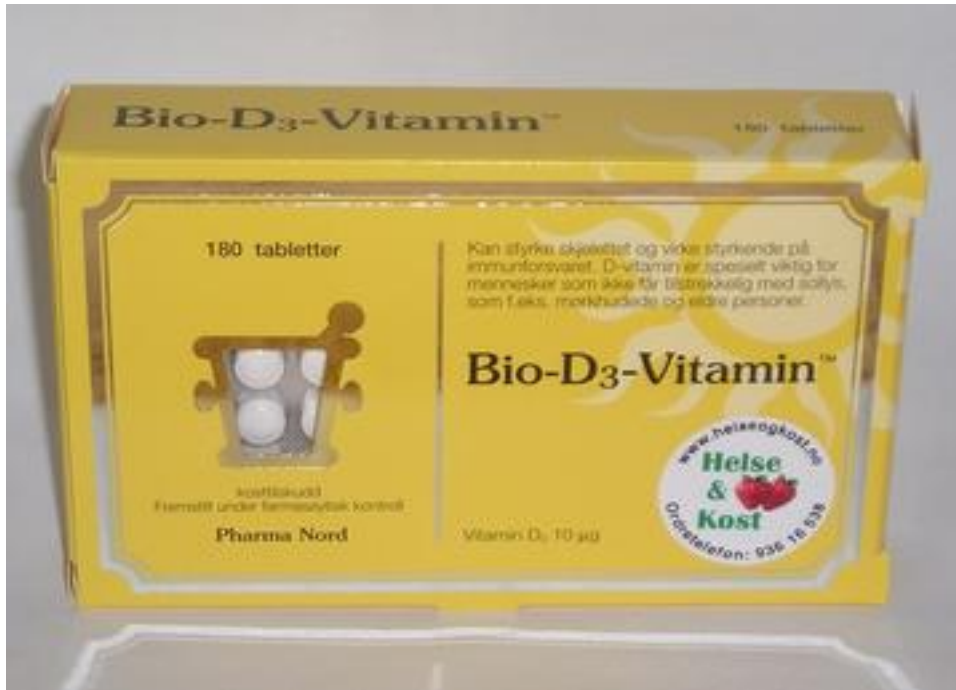
Produsert etter GMP-standard.

Fri for laktose, gluten og konserveringsmidler.

Innhold av D-vitamin pr. dagsdose: 10 mcg Vitamin D3.

Dosering og bruk:

Normal dosering er 1 tablett daglig, tygges eller svelges hel sammen med litt drikke.



180 tabletter
Nei