



Welche Mikronährstoffe enthält WHOLEFOOD PHYTO-CALCIUM?

Eine Kapsel enthält durchschnittlich:

Calcium.....	200 mg
Magnesium.....	18 mg
Jod.....	15 µg

Hilfsstoffe:

Hydroxypropylmethylcellulose

Dieses Produkt ist garantiert frei von Weizen, Gluten, Stärke, Soja, Laktose, Zucker, Hefe, synthetischen Farb- und Süßstoffen, Aromastoffen und Konservierungsstoffen.

Ohne Gentechnik.

Für Vegetarier und Veganer geeignet.

Verzehrsempfehlung:

Als Nahrungsergänzung 2 Kapseln täglich, vorzugsweise morgens und abends, im Abstand zu den Mahlzeiten einnehmen oder nach Anweisung des Therapeuten.

Hinweis:

Bei der Nahrungsergänzung mit Calcium sollte eine ausreichende Vitamin D- und Magnesiumversorgung sichergestellt sein. Vitamin D sorgt für die Calciumaufnahme im Darm und dessen Einbau in die Knochen. Auch Magnesium beeinflusst den Calciumhaushalt und sollte im Verhältnis 3:1 (Ca:Mg) ergänzt werden z. B. mit NATUR VITAL FOODSTATE MAGNESIUM.

Wann wird die Einnahme von PHYTO-CALCIUM empfohlen?

- Nachgewiesener Calciummangel
- Einseitige, ungesunde Ernährung
- Erhöhter Genussmittelkonsum
- Vitamin D-Mangel
- Raucher
- Neigung zu Knochenbrüchen
- Prävention und Therapie der Osteoporose
- Muskelkrämpfe und -zittern
- PMS (Prämenstruelles Syndrom)
- Kribbelgefühl in Händen und Füßen
- Allergie
- Resorptionsstörung im Darm (chronische Darmentzündungen, chronischer Durchfall)
- Wechselwirkung mit Medikamenten (Cortison, Antazida, Antiepileptika, Abführmittel u. a.)

Überreicht durch:



GF: Mario Müller

Talstr. 7, 01099 Dresden

Tel.: +49 351 33292555

E-Mail: info@energyvital.de

www.energyvital.de

WHOLEFOOD PHYTO-CALCIUM



Welche Vitalstoffe sind in WHOLEFOOD PHYTO-CALCIUM enthalten?

WHOLEFOOD PHYTO-CALCIUM ist ein rein pflanzliches Calciumpräparat. Es enthält eine Meerespflanze (Lithothamnium calcareum), die zur Familie der fossilen Rotalge gehört. Diese zeichnet sich durch einen hohen Gehalt an organischen Calciumverbindungen aus, die für den menschlichen Organismus hervorragend bioverfügbar sind.

Die Steinalge ist reich an weiteren wichtigen Mineralien. Sie enthält unter anderem Magnesium und das Spurenelement Jod sowie Spuren von Natrium, Kalium, Phosphor, Schwefel, Kupfer, Eisen, Selen, Zink, Bor, Mangan und Kobalt.

Welche Funktionen hat Calcium im Körper?

Calcium ist ein lebenswichtiger Mineralstoff, der mit der Nahrung zugeführt werden muss.

Es ist das am häufigsten vorkommende Mineral in unserem Körper. Ca. 99 % befindet sich in den Knochen und Zähnen und ca. 1 % in den Körperflüssigkeiten.

Calcium hat vielfältige Aufgaben im Körper. Es fördert mit Vitamin D einen gesunden Knochen- und Zahnaufbau. Es sorgt für eine normale Muskelfunktion und gewährleistet die Signalübertragung zwischen den Nervenzellen. Calcium beeinflusst die Blutdruckregulation und ist an der Blutgerinnung beteiligt. Zudem ver-

ringert es die Histaminausschüttung bei allergischen Reaktionen und trägt zur Reduktion des Darmkrebsrisikos bei, indem es zellschädigende Gallensäuren im Darm bindet.

Wann besteht die Gefahr eines Calciummangels?

In Deutschland ist eine Unterversorgung mit Calcium in weiten Teilen der Bevölkerung verbreitet.

Ein Calciummangel entsteht, wenn der Körper nicht genügend Calcium über die Nahrung aufnimmt oder übermäßig viel Calcium verbraucht und ausscheidet.

Bestimmte Substanzen in Vollkornprodukten (Phytinsäure) oder Rhabarber, Spinat und Kakaopulver (Oxalsäure) können die Calciumaufnahme im Darm blockieren. Zudem gelten Kaffee, schwarzer Tee, phosphathaltige Limonaden (Colagetränke) und Alkohol als „Calciumräuber“. Ein hoher Verzehr an tierischen Eiweißen kann den Säure-Basen-Haushalt belasten und zum pH-Wert-Ausgleich Calcium aus den Knochen freisetzen.

Eine dauerhafte Einnahme von Medikamenten (u. a. Cortison, Abführmittel, Magensäureblocker, Antiepileptika) kann zusätzlich einen Calciummangel nach sich ziehen.

Zudem ist der Calciumbedarf in bestimmten Lebenssituationen, besonders in der Wachstumsphase von Kindern und Jugendlichen sowie während der Schwangerschaft und Stillzeit erhöht.

Woran erkennt man Calciummangel?

Folgende Symptome können erste Anzeichen eines Calciummangels sein: Muskelzittern und eine allgemeine Krampfneigung der Muskulatur, z. B. nächtliche Wadenkrämpfe, ein Kribbelgefühl in den Finger- und Fußspitzen, Herzrhythmusstörungen sowie eine Neigung zu blauen Flecken, als Zeichen einer gestörten Blutgerinnung. Langfristig führt eine unzureichende Calciumzufuhr zur einer verminderten Knochendichte (Osteoporose) mit einem erhöhten Risiko für Knochenbrüche.

Was ist das Besondere an WHOLEFOOD PHYTO-CALCIUM?

NATUR VITAL WHOLEFOOD Nahrungsergänzungsmittel werden aus der Verarbeitung ganzer Pflanzen gewonnen, die von Natur aus reich an wertgebenden Vitalstoffen sind. Hierdurch liegen die Mikronährstoffe im natürlichen Verbund vor und sichern eine optimale Bioverfügbarkeit.

Lithothamnium calcareum ist ein Rohstoff aus 100 % natürlicher Herkunft und ist als biologisch-organisches Produkt zertifiziert.