



## Welche Mikronährstoffe enthält NATUR VITAL VITAMIN D3 ÖL?

1 Tropfen enthält durchschnittlich:  
Vitamin D3 (Cholecalciferol) ..... 25 µg  
(1.000 I.E.)

Hilfsstoffe:  
MCT-Öl aus Kokos

Dieses Produkt ist frei von Weizen, Gluten,  
Soja, Laktose, Hefe, synthetischen Farb- und  
Süßstoffen, Aromastoffen sowie Konservie-  
rungsmitteln.

Für Vegetarier geeignet.

Ohne Gentechnik

## Verzehrsempfehlung:

1 Tropfen täglich zum Mittagessen oder  
nach Anweisung des Therapeuten.

Zur Stärkung und Erhaltung von Knochen  
und Zähnen wird ergänzend die Einnahme  
VON NATUR VITAL PHYTO-CALCIUM empfohlen, so-  
fern die Bedarfsdeckung über eine gesunde  
Ernährung nicht gewährleistet ist.

Hinweis:

Bei langfristiger Einnahme von Vitamin D3  
sollten regelmäßig der Vitamin D- und der  
Kalziumspiegel im Blutserum kontrolliert  
werden.

## Wann wird die Einnahme von NATUR VITAL VITAMIN D3 ÖL empfohlen?

- Nachgewiesener Vitamin D3-Mangel im Blut
- Mangelnde Sonnenexposition (Bettlägerigkeit,  
Schichtarbeiter, Sonnenschutzcreme, Winter-  
monate, dunkelhäutige Menschen)
- Schwangere und Stillende
- Kinder in der Wachstumsphase
- Frauen im Klimakterium
- Hohes Lebensalter zur Erhaltung der  
Knochendichte
- Muskel- und Knochenschmerzen
- Muskelschwäche, Gangunsicherheit
- Rachitis, Osteomalazie (Knochenerweichung)
- Osteopenie, Osteoporose
- Funktionsstörungen des Immunsystems bei  
manifestem Vit. D-Mangel u. a.
  - Autoimmunerkrankungen
  - Neurodegenerative Erkrankungen  
(Multiple Sklerose, M. Parkinson)
- Wechselwirkung mit Medikamenten  
(u. a. Antiepileptika, Cortison)

Überreicht durch:



GF: Mario Müller

Talstr. 7, 01099 Dresden

Tel.: +49 351 33292555

E-Mail: info@energyvital.de

[www.energyvital.de](http://www.energyvital.de)

# VITAMIN D3 ÖL 1 000 I.E.



## Welche Vitalstoffe sind in NATUR VITAL VITAMIN D3 ÖL enthalten?

NATUR VITAL VITAMIN D3 ÖL enthält, das aus Wollfett (Lanolin) gewonnene, fettlösliche Vitamin D3, welches auch als Cholecalciferol bezeichnet wird.

Vitamin D3 wird normalerweise durch Eigensynthese aus Cholesterin mit Hilfe von Sonnenlicht in der Haut gebildet. Eine geringfügige Aufnahme erfolgt zudem über die Nahrung, z. B. durch den Verzehr von fettreichem Fisch, Eigelb oder Speisepilzen.

Das in der Haut gebildete Vitamin D3 wird anschließend in der Leber zum Prohormon Calcidiol (25(OH)-Vitamin D) umgewandelt und gespeichert. Nach Bedarf wird das Prohormon in der Niere in seine aktive Form, dem Calcitriol (1,25(OH)-Vitamin D), überführt und steht dem Körper für zahlreiche Funktionen zur Verfügung.

Eine gute Leber- und Nierenfunktion ist demzufolge eine wichtige Voraussetzung für einen optimale Versorgung des Körpers mit Vitamin D3.

## Wofür braucht der Körper Vitamin D?

Das Vitamin D-Hormon erfüllt eine Vielzahl an Körperfunktionen.

Es fördert die Aufnahme von Calcium und Phosphat aus der Nahrung. Zusätzlich sorgt es für einen normalen Calcium-Spiegel im Blut und fördert die Mineraleinlagerung in Knochen und Zähnen. Wir benötigen Vitamin D für einen normalen Knochen- und Zahnaufbau im Wachstum sowie für den Erhalt der Zähne, Knochen und der Knochendichte im Erwachsenenalter. Damit hilft Vitamin D Rachitis und Osteoporose vorzubeugen und unterstützend zu behandeln.

Darüber hinaus stimuliert das Vitamin D das Muskelzellwachstum und stärkt die Muskelkraft. Es kann in Kombination mit sportlicher Aktivität das Risiko für Stürze im Alter verringern.

Zudem trägt Vitamin D zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei, indem es das Wachstum und die Aktivität der Immunzellen reguliert.

Vitamin D hat eine wichtige Funktion bei der Zellteilung und spielt, möglicherweise durch seine hemmende Wirkung, auf die Teilung von Tumorzellen, eine präventive Rolle bei Krebs, insbesondere bei Brust-, Prostata- und Darmkrebs.

## Wann besteht die Gefahr eines Vitamin D-Mangels?

Ein Vitamin D-Mangel ist in unseren Breitengraden weit verbreitet. Die Gründe hierfür sind vielfältig.

Über die Ernährung lässt sich der Tagesbedarf an Vitamin D nur schwer decken, da nur wenige Lebensmittel nennenswerte Vitamin D-Mengen enthalten.

Die Hauptursache für einen Mangel liegt in der geringen Sonnenlichtexposition in den Wintermonaten (UV-Index unter 3), dem häufigen Aufenthalt in geschlossenen Räumen (auch hinter Glas) und dem großflächigen Bedecken der Haut mit Textilien. Das Auftragen von Sonnenschutzmitteln und Tagescremes mit UVB-Filter (ab LSF 10) reduziert die Vitamin D-Produktion um 95 Prozent.

Zudem lässt die natürliche Vitamin D-Synthese mit zunehmendem Alter nach.

Einzelne Medikamente, wie zum Beispiel Cortison, können den Vitamin D-Bedarf erhöhen.