

Sonnenschein



MULTI
vitDK®

VITAMIN D3 & K2

**FÜR KNOCHEN UND IMMUNSYSTEM
MIT PRAKTISCHER DOSIERPUMPE**

AUS DEM HAUSE GENERICON | APOTHEKENEXKLUSIV

www.multi.at





Unsere Knochen

Dynamisches Stützgerüst

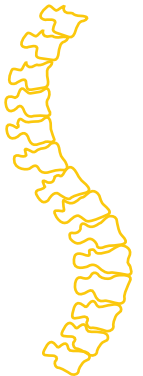
Ein erwachsener Mensch besitzt im Durchschnitt mehr als 200 Knochen. Verbunden durch stabile Fugen oder bewegliche Gelenke bilden sie das Skelett. Es dient als Stützgerüst unseres Körpers und gibt ihm Form, Halt und Stabilität, gleichzeitig aber auch Bewegungsfreiheit. Denn in enger Zusammenarbeit mit den Muskeln, Sehnen und Gelenken bilden unsere Knochen den flexiblen Rahmen für Bewegung und Aktivität.

Harte Schale schützt wertvollen Kern

Durch seinen ausgeklügelten Aufbau macht sich unser Körper die Stärke seiner Knochen aber auch noch auf andere Weise zu Nutze – nämlich zum Schutz seines wertvollen Innenlebens. So ist beispielsweise unser Gehirn nicht ganz zufällig unter einer dichten Platte eng miteinander verwobener Schädelknochen versteckt. Auch Herz und Lunge liegen abgeschirmt hinter den Rippen unseres Brustkorbs. Unser Knochengestüt dient also als wichtiger „Schutzpanzer“ für unsere inneren Organe.

Starke Nährstoffe für die Knochen

Damit unsere Knochen stark und stabil bleiben, brauchen sie neben ausreichend Bewegung auch Nahrung in Form von Nährstoffen. Die **Vitamine D3 und K2** spielen dabei eine zentrale Rolle.



Vitamin D3

Heiß begehrt von Knochen und Immunsystem

Vitamin D3 (Cholecalciferol) ist die natürliche Form des fettlöslichen Vitamin D. Es ist im menschlichen Körper heiß begehrt, steuert es doch mehr als 2000 Gene und ist zudem an über 160 Stoffwechselfvorgängen beteiligt.

Vitamin D3 kann also als wahrer Tausendsassa bezeichnet werden. Besondere Bedeutung hat das Vitamin vor allem für Knochen und Immunsystem.

Gesundheitlicher Nutzen von Vitamin D3 für unseren Körper:

- ✔ ist für den Knochenstoffwechsel und die Knochendichte erforderlich
- ✔ trägt zur Erhaltung der Knochen bei, da es die ordentliche Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor unterstützt
- ✔ unterstützt die Erhaltung der stabilen Muskelfunktion
- ✔ leistet einen Beitrag für die normale Funktion des Immunsystems
- ✔ trägt zum Erhalt der Zähne bei

Die Deutsche, Österreichische und Schweizerische Ernährungsgesellschaften (D-A-CH) empfehlen eine Aufnahme von 800 I.E. (I.E. = Internationale Einheiten) oder 20 µg Vitamin D3 täglich.



Kostbares Sonnenvitamin

Zu wenig Sonne macht Vitamin D3 zur Mangelware

Unser Körper kann Vitamin D3 in der Haut selbst bilden, braucht dazu allerdings die Hilfe des Sonnenlichts. In unseren Breitengraden ist die Sonneneinstrahlung aber oft zu gering, um eine ausreichende Herstellung von Vitamin D3 zu ermöglichen. Das gilt besonders für die kalte Jahreszeit (Oktober bis März), wenn die Sonne tiefer steht. Darüber hinaus verbringen viele von uns ihren Alltag größtenteils in geschlossenen Räumen oder schützen sich im Freien vor UV-Strahlung, was es für den Körper schwierig macht, genügend Sonnenlicht für die Vitamin-D3-Produktion zu tanken. Im Alter nimmt die Fähigkeit unserer Haut, Vitamin D3 zu bilden, generell ab, sodass gerade die Generation 50+ verstärkt von Vitamin-D-Mangel betroffen ist.

Vitamin D kann auch über die Nahrung aufgenommen werden, ist aber so begrenzt in unseren Lebensmitteln enthalten, dass eine Deckung des Bedarfs über die Ernährung kaum zu schaffen ist.

Genauen Aufschluss über die eigene Vitamin-D3-Versorgung gibt eine ärztliche Blutanalyse. Untersuchungen zeigen aber, dass ein überwiegender Teil unserer Bevölkerung einen deutlichen **Vitamin-D-Mangel** aufweist.

Daher empfiehlt es sich, die Nahrung mit Vitamin D3 zu ergänzen. Idealerweise in Kombination mit Vitamin K2. Denn nur mit seiner Hilfe kann Vitamin D3 seine positive Wirkung auf die Knochen erst richtig ausüben.



Vitamin K2

Das unterschätzte Knochenvitamin

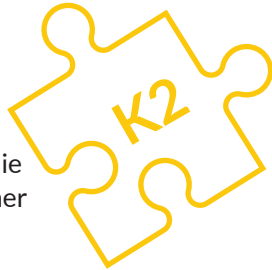
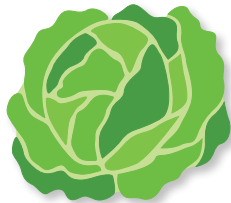
Viele von uns kennen Vitamin K als Einfluss-Faktor auf die Blutgerinnung. Doch das Vitamin ist ebenso von enormer Bedeutung für unsere Knochen.

Es ist einer der wichtigsten Partner von Vitamin D3 im **Knochenstoffwechsel**, was zur Folge hat, dass Vitamin D3 seine volle Wirkung auf die Knochen nur in Anwesenheit von Vitamin K2 entfalten kann.

Deshalb sollten die beiden Vitamine immer gemeinsam eingenommen werden.

Gesundheitlicher Nutzen von Vitamin K2 für unseren Körper:

- ✔ trägt zur Erhaltung stabiler Knochen bei
- ✔ ist ein wichtiger Aktivator im Knochenstoffwechsel
- ✔ leistet einen Beitrag zur normalen Blutgerinnung



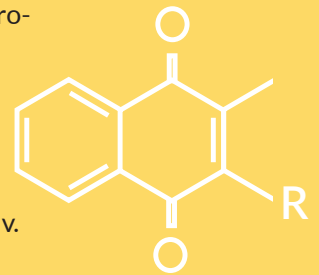
Vitamin K ist nicht gleich Vitamin K

„MK-7 all-trans“ als optimal verfügbare Form

Vitamin K gehört ebenfalls zu den fettlöslichen Vitaminen. Es ist einerseits als **Vitamin K1** (Phyllochinon) in den Blättern verschiedener grüner Pflanzen wie Kopfsalat, Grünkohl, Brokkoli oder Spinat enthalten. Allerdings wird nur ein begrenzter Anteil Vitamin K1 tatsächlich vom Körper aufgenommen. Einen Großteil davon benötigt er für die Blutgerinnung, sodass für unsere Knochen kaum Vitamin K1 übrig bleibt.

Vitamin K kommt weiters als **Vitamin K2** (Menachinon) vor. Es gibt verschiedene Unterarten von Vitamin K2, die sich chemisch durch die Länge ihrer Seitenketten unterscheiden. Menachinon-7, kurz MK-7 genannt, ist die natürliche Form von Vitamin K2. Studien zeigen, dass unser Körper Vitamin K in Form von **Menachinon-7 all-trans** (MK-7 all-trans) besonders gut aufnehmen und verarbeiten kann.

Vitamin K2 wird in geringen Mengen mit Hilfe von Mikroorganismen in unserem Darm (Darmflora) erzeugt. In der Nahrung ist das Vitamin hauptsächlich im fermentierten Sojabohnengericht Natto zu finden, das speziell in Japan gegessen wird. Sein intensiver Geruch und gewöhnungsbedürftiger Geschmack machen das Gericht für Europäer aber meist unattraktiv.



Vitamin D3 & K2

Unsere Knochen bauen auf ihre Zusammenarbeit

Vitamin D3 und Vitamin K2 sind ein unschlagbares Duo, wenn es um die Vitalität unserer Knochen geht.

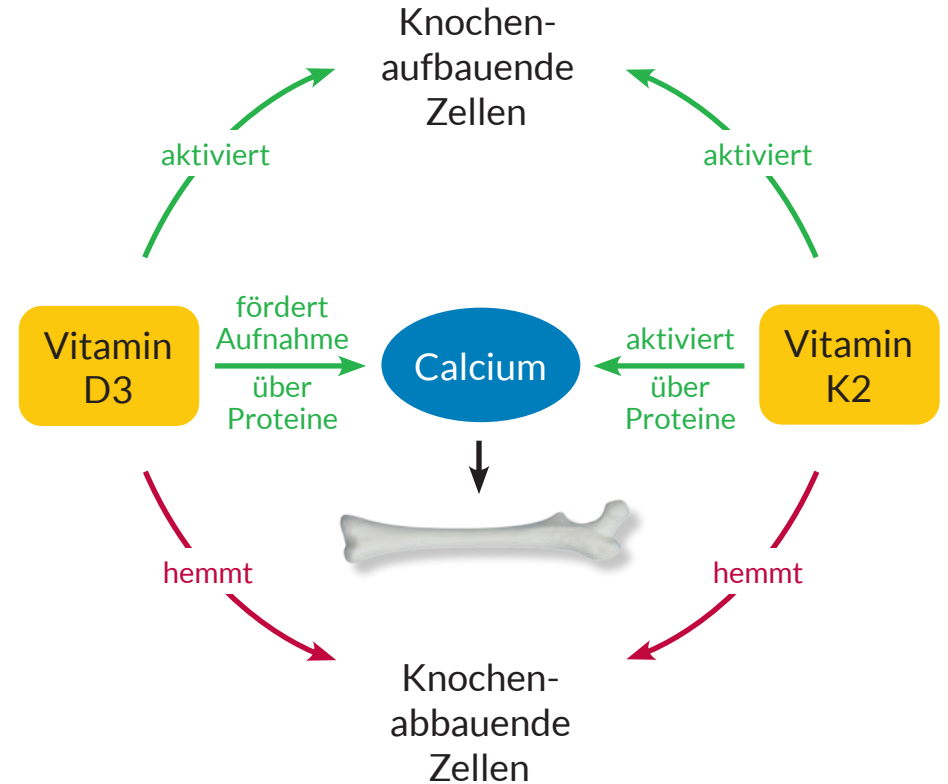
Die beiden Vitamine spielen im Knochenstoffwechsel optimal zusammen:

Vitamin D3 fördert die Aufnahme des für die Knochen wichtigen Calciums aus der Nahrung in den Körper. Gleichzeitig steuert Vitamin D3 die Produktion von Proteinen, die das Calcium in die Knochen transportieren und einbauen sollen. Dieser Einbau ist aber erst dann möglich, wenn die Proteine zuvor durch Vitamin K2 aktiviert wurden.



Sowohl Vitamin D3 als auch Vitamin K2 müssen dem Körper daher in ausreichender Menge zur Verfügung stehen, damit er unsere Knochen mit wichtigen Nährstoffen versorgen kann.

Knochenstoffwechsel



MULTIvitDK®

Das starke Duo für die Knochen und das Immunsystem Vitamin D3 & K2 in hochreinem Maiskeimöl

Vitamin D3 und Vitamin K2 leisten einen wesentlichen Beitrag zur Erhaltung unserer Knochen. Die beiden Vitamine sind wichtige Partner im Knochenstoffwechsel, denn Vitamin D3 kann seine volle Wirkung auf die Knochen erst mit Hilfe von Vitamin K2 als Aktivator entfalten. Deshalb sollten die beiden Vitamine immer gemeinsam eingenommen werden.

MULTIvitDK® liefert das starke Duo für die Knochen in geschmacksneutraler Form, als leicht zu schluckende Lösung. Zur besseren Aufnahme sind die beiden fettlöslichen Vitamine D3 und K2 in hochreinem Maiskeimöl gelöst. Die praktische Dosierpumpe vereinfacht die Einnahme. So kann MULTIvitDK® z.B. auch auf einem Salatblatt oder einer Scheibe Tomate genussvoll eingenommen werden. Als aktiver Beitrag zur Unterstützung Ihrer Knochen vitalität.



Verzehrempfehlung

Die empfohlene Dosis beträgt 1 x täglich 1 Pumpstoß. Betätigen Sie den Druckknopf für einen Pumpstoß und nehmen Sie die Lösung entweder direkt oder mithilfe eines Löffels in den Mund auf und schlucken Sie diese. Die Vitamine D3 und K2 werden über den Darm resorbiert.

Anwendung bei Kindern unter einem Jahr, während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Personen, die blutverdünnende Medikamente, im Speziellen Vitamin-K-Antagonisten einnehmen, nach Rücksprache mit dem Arzt oder Apotheker. Überschreiten Sie nicht die empfohlene Tagesdosis.

Inhalt pro Packung: 200 Pumpstöße | Nahrungsergänzungsmittel

Erhältlich in Ihrer Apotheke. PZN: 4862603

Ihre Vorteile

- Bereits 1 Pumpstoß liefert die empfohlene tägliche Aufnahme-Menge von 800 I.E. Vitamin D3
- Enthält Vitamin K2 in Form von MK-7 all-trans, welches vom Körper besonders gut aufgenommen und verarbeitet wird
- Einfache Einnahme dank praktischer Dosierpumpe
- Geschmacksneutral, leicht zu schlucken



MULTIvitDK® ist ein sehr gutes Produkt, das den Körper bestens mit Vitamin D versorgt. Besonders wichtig ist es in den Wintermonaten. Das Pumpsystem ist praktisch und optimal zum Dosieren. Der Geschmack ist neutral. Es ist sehr sparsam in der Anwendung und das Preis-Leistungsverhältnis stimmt auch. Ich kann diese Tropfen nur weiterempfehlen, um den Vitamin-D-Haushalt stabil zu halten.

begeisterte Kundin



MULTI

AUS DEM HAUSE GENERICON



Palmölfrei



Glutenfrei



Laktosefrei



BPA-frei



Vegetarisch



www.multi.at

