

# VITAMIN D3



## Výživový doplnok s obsahom vitamínu D 30 rýchlo rozpustných filmov

Bez obsahu gluténu, bez obsahu laktózy

**VITAMIN D3** je výživový doplnok s obsahom vitamínu D.

Vitamín D sa prirodzene vyskytuje iba v niektorých potravinách, ako sú vajcia, niektoré tuky rýb (sardely, sardinky, makrely) a mliečne výrobky. Priemerné denné požiadavky na vitamín D sú približne 1 000 – 2 000 IU (medzinárodných jednotiek) v závislosti od faktorov ako je vek, pohlavie, telesná hmotnosť, tehotenstvo, menopauza. Avšak iba 20 – 25 % (t.j. nie viac ako 300 IU) tejto požiadavky je pokrytých iba našou stravou.

Hlavným zdrojom vitamínu D je syntéza spôsobená dopadom slnečného ultrafialového žiarenia (UV-B) na pokožku; vystavenie slnečnému žiareniu by malo byť také, aby zaistilo produkciu najmenej 600 – 800 IU denne.

Klinické a epidemiologické štúdie preukázali, že pre väčšinu populácie nie je každodenné vystavenie sa slnečným lúčom a príjem potravou dostačujúce na zabezpečenie primeranej hladiny vitamínu D v tele.

Vitamín D zohráva dôležitú úlohu v rôznych procesoch ľudského organizmu.

Prispieva k normálnemu vstrebávaniu a využívaniu fosforu a vápnika našim organizmom, udržiava normálnu hladinu vápnika v krvi a tiež prispieva k udržaniu zdravých kostí, zubov a k správne fungovaniu svalov. Z tohto pohľadu to môže byť dôležité pre rizikóvu skupinu ľudí, napríklad u žien po menopauze, ktoré majú často osteoporózu, vekom pridružené ochorenie, ktoré vedie k zvýšenej krehkosti kostí.

Tiež je známe, že vitamín D prispieva k správne fungovaniu imunitného systému a zohráva úlohu v procese delenia buniek.

Preto je dôležité udržiavať normálnu hladinu tohto vitamínu v našom organizme, pričom treba venovať pozornosť rôznym štádiám života, v ktorých sa môže jeho nedostatok vyskytnúť.

Nedostatok vitamínu D nesúvisí iba s fyziologickými podmienkami, ale môže súvisieť aj so životným štýlom alebo inými okolnosťami. Ľudia, ktorí žijú osamote a nemôžu chodiť von a byť dlhšie vystavení slnečnému žiareniu - napríklad starší ľudia - nie sú schopní sami si ho vytvárať a môžu mať permanentne nízku hladinu vitamínu D.

**VITAMIN D3** obsahuje vitamín D, ktorý sa používa na prevenciu akýchkoľvek deficitných stavov tejto látky.

**VITAMIN D3** je dostupný vo forme rýchlo rozpustného filmu, ktorý predstavuje veľmi jednoduchý a praktický spôsob ako užívať doplnok výživy:

- nemusí sa zapíjať s vodou
- rozpustí sa na jazyku za pár sekúnd.

Tento výživový doplnok je pripravený tak, aby ho mohli kedykoľvek a za akýchkoľvek podmienok užiť aj ľudia, ktorí majú ťažkosti s prehĺtaním, alebo sú pripútaní na lôžko, alebo sú v mimoriadne krehkom stave.

**VITAMIN D3** je dostupný v 2 rôznych dávkach (na trh nemusia byť uvedené všetky dávky):

- 1000 IU (medzinárodných jednotiek) na prevenciu u ľudí s rizikom nedostatku vitamínu D.
- 2000 IU (medzinárodných jednotiek) na prevenciu u ľudí s vysokým rizikom nedostatku vitamínu D z dôvodu veku a/alebo životného štýlu.

### ZLOŽENIE

Maltodextrín; zvlhčovadlo: glycerol (E 422); voda; sladidlo: manitol (E 421), extra panenský olivový olej, pomarančová príchuť; stužovadlo: kopolymér polyvinylpyrolidón-vinylacetát (E 1208); antioxidanty: kyselina askorbová (E 300), alfa-tokoferol (E 307); emulgátory:

mono- a diglyceridy mastných kyselín (E 471), polyoxyetylénesorbitanmonooleát (E 433); farbivá: oxid titaničitý (E 171), oxidy a hydroxidy železa (E 172); sladidlo: sukralóza (E 955); vitamín D; zahusťovadlo: alginát sodný (E 401).

## SPÔSOB UŽÍVANIA

V závislosti od dávky, odporúča sa užívať:

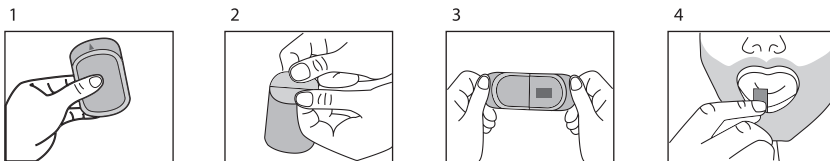
- pri dávkovaní 1000 IU, 1 rýchlo rozpustný film denne
- pri dávkovaní 2000 IU, 1 rýchlo rozpustný film denne

aspoň 30 dní, pokiaľ vám to lekár nepredpíše ináč.

## POKYNY PRE UŽÍVANIE

Dôležité: nemanipulujte s rýchlo rozpustným filmom mokрыmi rukami!

Postupujte podľa pokynov uvedených nižšie:



## UPOZORNENIA

Dátum expirácie sa vzťahuje na produkt riadne uchovávaný v nepoškodenom balení. Uchovávať na chladnom a suchom mieste mimo dosahu zdrojov tepla.

Doplňky výživy sa nesmú používať ako náhrada rozmanitej stravy a zdravého životného štýlu.

Ustanovená odporúčaná denná dávka sa nesmie presiahnuť.

Uchovávať mimo dosahu detí do 3 rokov.

## Výrobca:

IBSA Farmaceutici Italia S.r.l., Via Martiri di Cefalonia 2, 26900 Lodi, Taliansko

## Zastúpenie pre SR:

IBSA Slovakia s.r.o., Mýtna 42, 811 07 Bratislava, Slovenská republika

## Zdroje vitamínu D a jeho distribúcia

