

# Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Osteo Tropfen

## Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub>

**Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub>: Ihre starke Kombination für gesunde Knochen\***

30 ml (entspricht 1.000 Tropfen)

PZN: 16393987

## Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Osteo Tropfen

- ✓ Sehr gute Bioverfügbarkeit
- ✓ Geschmacksneutral und ohne Zusatzstoffe
- ✓ Ganz einfach einzunehmen
- ✓ Nur 1 Tropfen täglich

**25 µg (1.000 IE) Vitamin D<sub>3</sub> (Lanolin/Schafswolle)**  
**20 µg Vitamin K<sub>2</sub> (Natto/Fermentation)**



Bildquelle: istock.com/shapecharge

Die „Nationale Verzehrsstudie II“<sup>1</sup> zeigt, dass insgesamt 91 % der Frauen und 82 % der Männer die empfohlene tägliche Zufuhr von Vitamin D nicht erreichen. Seit einiger Zeit haben verschiedene Ernährungswissenschaftler die Wichtigkeit einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub> für die Erhaltung gesunder Knochen erkannt.

Ernährungsphysiologisch bestehen folgende Zusammenhänge: Vitamin D trägt zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei, womit dem Körper genügend Calcium zum Einbau in die Knochen zur

Verfügung steht. Vitamin D trägt außerdem zur Erhaltung normaler Knochen bei. Normale Knochen sind durch ein normales Wachstum und eine normale Knochendichte gekennzeichnet. Das Knochenprotein „Osteocalcin“ spielt hierbei eine wichtige Rolle. Bei einer normalen Knochenfunktion unterstützt Vitamin D die Bildung des Osteocalcins. Auch Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei, indem es bei einer normalen Knochenfunktion die Aktivierung des Osteocalcins fördert.

Vitamin D und Vitamin K sind fettlösliche Vitamine, d. h. sie benötigen zur optimalen Aufnahme in die Körperzellen Fett bzw. Öl. Um eine bestmögliche Bioverfügbarkeit gewährleisten zu können, basieren die Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Tropfen von R(h)ein Nutrition auf Öl (eine hochwertige Kombination aus MCT-Öl (Kokos) und Olivenöl). Die verwendete K<sub>2</sub>-Form Menachinon-7 (MK-7) hat einen wirksamen all-trans-Anteil von 99 % und gilt als die bioaktivste Form aller Vitamin K-Verbindungen. So kann es vom Körper sehr gut aufgenommen werden und bleibt zudem länger aktiv.

<sup>1</sup> Nationale Verzehrsstudie II, Herausgeber Max Rubner-Institut und Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (2008)

## Was ist Vitamin D<sub>3</sub>?

Vitamin D<sub>3</sub> ist an zahlreichen Stoffwechselprozessen im Körper beteiligt. Eine wichtige Aufgabe liegt in der Aufnahme von Calcium aus dem Darm. Damit wird es für den Einbau in die Knochen zur Verfügung gestellt und sorgt somit für deren Stabilität. Vitamin D ist u. a. wichtig für gesunde Knochen und Zähne.



Bildquelle: istock.com/courtneyk

Vitamin D ist das einzige Vitamin, das der Körper grundsätzlich selbst herstellen kann, indem es mit Hilfe des Sonnenlichts über die Haut aufgenommen wird. Deshalb wird es auch gerne als „Sonnenvitamin“ bezeichnet. Ein Großteil unseres Vitamin D-Bedarfs kann durch die Aufnahme über die Haut (UVB-Strahlung) abgedeckt werden, aber es gibt Faktoren, welche die Versorgung mit Vitamin D negativ beeinflussen oder gar einen Vitamin D Mangel hervorrufen können. So spielen z. B. Jahres- und Tageszeit sowie Wetter eine entscheidende Rolle. In

Vitamin D Mangel Symptome können u. a. Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebslosigkeit und Infektanfälligkeit sein. Ein Test des Vitamin D-Spiegels kann von Ihrem Arzt durchgeführt werden.

unseren Breitengraden ist die Sonneneinstrahlung von Oktober bis Mai in der Regel nicht ausreichend, um in der Haut genügend Vitamin D bilden zu können. In den sonnenreichen Monaten schützen wir unsere Haut durch Sonnencreme vor der Sonne. Das ist wichtig für unsere Haut und schützt sie, jedoch wird hierdurch die Aufnahme von Vitamin D selbst in den sonnenreichen Monaten gehemmt. Viele Personen halten sich außerdem immer weniger im Freien auf (z. B. durch Beruf, Alltag, Alter oder veränderte Freizeitaktivitäten) oder verwenden oft Tagescremes mit Lichtschutzfaktor. Erhöhter Bedarf kann darüber hinaus in bestimmten Lebenssituationen bestehen, z. B. bei Stress, Sportlern, im Wachstum, in den Wechseljahren oder auch bei Aufnahmestörungen im Magen-Darm-Trakt. Bei Vegetariern und Veganern, bei Mangelernährung und der Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Antibiotika, Cortison, Blutverdüner) sowie bei Störungen des Leber-/Nierenstoffwechsels, Alkoholabhängigkeit und bei chronisch kranken Personen wird die Versorgung mit Vitamin D ebenso gehindert.

## Ernährungsphysiologische Effekte von Vitamin D im Überblick:

- ✓ *\*Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne sowie einer normalen Muskelfunktion bei*
- ✓ *Vitamin D trägt zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei*
- ✓ *Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei*
- ✓ *Vitamin D trägt zu einer normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor bei*

## Was ist Vitamin K<sub>2</sub>?

Vitamin K hat (genau wie Vitamin D und andere Vitamine) einen relevanten Anteil an unserer Gesundheit. Vitamin K<sub>2</sub> steuert die Calciumaufnahme in die Knochen und Zähne und transportiert das Calcium dorthin, um es dort einzubauen. Eine normal funktionierende Blutgerinnung ist für den Erhalt des Blutflusses besonders wichtig.

## Ernährungsphysiologische Effekte von Vitamin K im Überblick:

- ✓ \* Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- ✓ Vitamin K trägt zu einer normalen Blutgerinnung bei

## Wieso Vitamin D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub> kombinieren?



Bildquelle: istock.com/Lordn

Ab einem Alter von ungefähr 40 Jahren setzt der kontinuierliche Knochenmasseverlust ein (ca. 0,3-0,5 % pro Jahr). Bei Frauen in den Wechseljahren steigt dieser meist deutlich. Vitamin D<sub>3</sub> und Vitamin K<sub>2</sub> können am besten gemeinsam die Knochen stärken. Vitamin D<sub>3</sub> reguliert die Calcium-Aufnahme aus dem Darm, während Vitamin K<sub>2</sub> dafür zuständig ist, dass das Calcium letztlich an seinen Wirkungsort transportiert werden kann.

## Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Osteo Tropfen sind

					
vegetarisch	non-GMO (ohne Gentechnik)	gelatinefrei	glutenfrei	laktosefrei	frei von Konservierungsstoffen
					
fruktosefrei	hefefrei	frei von künstlichen Farb- und Aromastoffen	frei von Magnesiumstearat (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren)	ohne zugesetzten Zucker	ohne zugesetzte Süßstoffe



## Verzehrempfehlung

Täglich 1 Tropfen unverdünnt einnehmen.

### Wichtige Hinweise

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise.

### Warnhinweise

Bitte nicht einnehmen bei Hypercalciurie (erhöhte Calciumkonzentration im Harn) und/oder Hypercalcämie (erhöhte Calciumkonzentration im Blut). Schwangere und

Stillende können Vitamin D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Tropfen grundsätzlich einnehmen, jedoch empfiehlt sich eine Absprache mit dem behandelnden Arzt. Wenn Sie Blutgerinnungshemmer vom Cumarin-Typ (z. B. Marcumar) einnehmen, halten Sie bitte vor der Einnahme Rücksprache mit einem Arzt.

### Aufbewahrung

Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt gut verschlossen, stehend, kühl, trocken und dunkel.



## Zutaten

MCT<sup>1</sup>-Öl, Olivenöl, Vitamin D<sub>3</sub> (Cholecalciferol), Vitamin K<sub>2</sub> (MK-7).  
<sup>1</sup>MCT: Mittelkettige Triglyceride

### Empfehlung zur Anwendungsdauer:

Die Anwendungsdauer von Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Tropfen ist zeitlich nicht begrenzt.

## Vitamin D<sub>3</sub> + K<sub>2</sub> Osteo Tropfen

Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub>

Zutaten, Nährstoffe und sonstige Stoffe mit ernährungsphysiologischer Wirkung

Nährwertangaben	pro Tagesdosis*	NRV**	e 30 ml 1.000 Tropfen
Vitamin D <sub>3</sub>	25 µg (1.000 IE)	500 %	
Vitamin K <sub>2</sub>	20 µg	27 %	

\* 1 Tropfen

\*\* NRV = Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) Nr. 1169/2011



Bildquelle: istock.com/Wavebreakmedia



Sorgfältig und mit ♥  
hergestellt in Deutschland.

Unser Markenname kommt nicht von ungefähr:

Wir stellen für Sie reine Premium-Nahrungsergänzungen her und haben unseren Sitz in Köln am Rhein.

## Reine Nahrungsergänzungen für alle – selbstverständlich in Premium-Qualität

Bei der Herstellung unserer Produkte legen wir größten Wert auf reine und hochwertige (Natur-) Rohstoffe. Diese werden stets mit größter Sorgfalt ausgewählt und mit Professionalität in zertifizierten deutschen und modernen Produktionsanlagen verarbeitet – das ist für uns nicht nur sehr wichtig, sondern selbstverständlich!

Egal, ob jung, mitten im Leben oder im höheren Alter, egal, ob Sportler oder eher nicht – jeder von uns hat bestimmte Ernährungsbedürfnisse. Deshalb entwickeln wir zielgerichtet Produkte, die sich an den jeweiligen Bedürfnissen ausrichten. Außerdem ist uns eine transparente und verständliche Produktkennzeichnung wichtig.

Wir unterstützen Sie gerne bei einer gesunden Ernährung und Lebensweise und das mit größter Sorgfalt, Liebe und Leidenschaft.

## Unsere wesentlichen Produkt-Inhaltsstoffe



**Vitamine**



**Mineralstoffe**



**Sekundäre Pflanzenstoffe  
(Superfoods)**



## Unser R(h)einheitsversprechen

- ✓ Produktion nach deutschem und europäischem Lebensmittelrecht
- ✓ Sorgfältig und mit ♥ hergestellt in Deutschland
- ✓ Transparente und verständliche Produktkennzeichnung
- ✓ Reine und hochwertige (Natur-) Rohstoffe

Stand: 07/2020