



**HÄUFIG GESTELLTE
FRAGEN**

NUTRILITE™ VITAMIN D

1) WOBEI HANDELT ES SICH BEI DIESEM PRODUKT?

NUTRILITE™ Vitamin D ist ein täglich zu verwendendes Vitamin-Nahrungsergänzungsmittel aus natürlichen Quellen. Es unterstützt die allgemeine Gesundheit, weil es das schwierig aufzunehmende Vitamin D in einfacher Form verfügbar macht.

Vitamin D ist ein essentieller Nährstoff, der für den Erhalt der Knochen, der Muskelfunktion, der Zellteilung und des Immunsystems eine wichtige Rolle spielt. Eine Tablette liefert 600 IU (15 µg) Vitamin D aus zwei natürlichen Quellen. NUTRILITE Vitamin D enthält kultivierte Hefe – eine Quelle von hochkonzentriertem Vitamin D.

2) WELCHE VORTEILE BIETET NUTRILITE VITAMIN D?

NUTRILITE Vitamin D enthält kultivierte Hefe – eine natürliche Quelle von hochkonzentriertem Vitamin D.

Durch diese nährstoffreiche Hefe lässt sich ein Nahrungsergänzungsmittel herstellen, das diversen Nährstoffspektren in der Ernährung näher steht als Nahrungsergänzungsmittel, die nur isoliertes Vitamin D enthalten.

Vitamin D enthält Hefe, die bei einem NutriCert™ zertifizierten Partnerbetrieb kultiviert wird. Die NutriCert™ Zertifizierung des Partnerbetriebes stellt sicher, dass dieser die hohen Qualitätsstandards der Marke NUTRILITE einhält.

3) WELCHE POTENZIELLEN VORTEILE ERGEBEN SICH AUS DER EMPFOHLENEINNAHME DIESES PRODUKTS?

Vitamin D ist in vielerlei Hinsicht für den Körper unverzichtbar, da es zur allgemeinen Gesundheit beiträgt.

NUTRILITE Vitamin D aus natürlichen Quellen

- unterstützt die normale Funktion Ihres Organismus
- hilft dabei, potenzielle Nährstofflücken zu schließen
- liefert eine hochwertige, konzentrierte Dosis Vitamin D

Vitamin D unterstützt die allgemeine Gesundheit, da es

- zur Gesundheit Ihrer Zähne
- zur Gesundheit Ihrer Knochen
- zur normalen Funktion Ihrer Muskeln
- zur normalen Funktion Ihres Immunsystems
- zum Prozess der Zellteilung beiträgt.



4) WER PROFITIERT VON DER EINNAHME DIESES PRODUKTS?

Erwachsene, die auf ihren Körper achten und einen aktiven Lebensstil schätzen. Es fällt ihnen eventuell schwer, genügend Vitamin D aufzunehmen – nicht nur aufgrund ihrer Ernährung, sondern auch aufgrund des sich drinnen abspielenden Lebens, d. h. sie bekommen nur in beschränktem Maße Sonne ab, vor allem im Herbst und Winter.

5) WELCHE WIRKUNG BIETET MIR DAS PRODUKT?

Vitamin D ist in vielerlei Hinsicht für den Körper unverzichtbar, da es zur allgemeinen Gesundheit beiträgt. Es trägt zur normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor bei; es trägt zur normalen Erhaltung der Knochen und Zähne sowie zur normalen Muskelfunktion bei. Vitamin D trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei.

6) ERHALTE ICH NICHT DURCH DAS SONNENLICHT GENÜGEND VITAMIN D?

Für die meisten Menschen trifft das nicht zu, vor allem in den nördlichen Breitengraden von November bis einschließlich Februar (wenn die Sonne kürzer und schwächer scheint). Wenn die Arme und das Gesicht etwa 30 Minuten täglich ohne Sonnenschutz der Sonne ausgesetzt werden, könnte das im Allgemeinen für die täglich benötigte Menge an Vitamin D ausreichen. Die Menge an Vitamin D, die mithilfe der Sonne über die Haut produziert wird, hängt jedoch möglicherweise vom Breitengrad, von der Jahreszeit, der Ozonschicht und der Bewölkung, den Oberflächeneigenschaften, der Bekleidung, der Hautfarbe und dem Alter ab.¹ Wir verbringen mehr Zeit drinnen als frühere Generationen und wir verwenden mehr Sonnenschutz, wenn wir uns draußen in der Sonne aufhalten.

¹ Quelle: EFSA NDA Panel, 2016. Scientific opinion on dietary reference values for vitamin D. EFSA Journal 2016; 14(10):4547, 145 pp. doi:10.2903/j.efsa.2016.4547; <https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/j.efsa.2016.4547>

7) WIE WEIT VERBREITET IST EIN VITAMIN D MANGEL?

Gemäß einer Studie* vom Februar 2016 (* Vitamin D deficiency in Europe: pandemic? AJCN, Feb 2016) ist ein Vitamin D Mangel unter 40,4 % der europäischen Bevölkerung, weit verbreitet – und zwar unabhängig vom Alter, der Ethnizität und des Breitengrades.

8) WELCHE NAHRUNGSMITTEL ENTHALTEN DAS MEISTE VITAMIN D?

Es ist schwierig, allein aus der Ernährung genügend Vitamin D aufzunehmen. Nur wenige Nahrungsmittel enthalten von Natur aus Vitamin D. Fetter Fisch (z. B. Lachs, Thunfisch, Makrele) und Lebertran sind gute Quellen. Kleine Mengen an Vitamin D finden sich in Rinderleber, Käse und Eigelb.



9) BESTEHT DAS RISIKO, DASS ICH ZU VIEL VITAMIN D AUFNEHMEN KÖNNTE, WENN MEINE ERNÄHRUNG VIEL FETTEN FISCH, EIER UND MILCHPRODUKTE ENTHÄLT?

Die Forschung deutet darauf hin, dass das Risiko einer Vitamin D Toxizität bei gesunden Menschen sehr gering ist, wenn der Einnahmewert bei weniger als 10.000 IU (250 µg) liegt.

10) WARUM ENTHÄLT NUTRILITE VITAMIN D NUR 600 IU (15 µg) VITAMIN D?

Die im NUTRILITE™ Vitamin D Nahrungsergänzungsmittel enthaltene Dosis basiert auf den für Europa festgesetzten empfohlenen Mengen. 2016 hat die European Food and Safety Authority (EFSA) das Scientific Opinion paper on the Dietary Reference Values for Vitamin D veröffentlicht.

Da es viele Faktoren gibt, die die Vitamin D3 Synthese über die Haut beeinflussen können, darunter der Breitengrad, die Jahreszeit, die Kleidung, der Sonnenschutz, die Hautfarbe und das Alter, basieren die Nährstoffaufnahme-Referenzwerte für Vitamin D auf der Annahme einer minimalen Sonnenbestrahlung. Der von der EFSA empfohlene angemessene Einnahmewert liegt für Erwachsene bei 15 µg (600 IU) täglich. Darüber hinaus hat die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. die empfohlene Einnahme für Erwachsene bei 20 µg (800 IU) täglich festgelegt. In Anbetracht dieser Empfehlungen haben wir eine Formel entwickelt, die diesem Einnahmewert entspricht. Gleichzeitig bleibt aber noch ein Spielraum, Vitamin D über die Ernährung oder die gelegentliche Synthese über die Haut aufzunehmen, wenn man sich dem Sonnenlicht aussetzt. Dies entspricht unserer Philosophie, Nährstofflücken im Kontext eines gesunden Lebensstils zu schließen, anstatt Nährstoffe oberhalb der empfohlenen Mengen anzubieten.

11) WIE SOLLTE ICH DAS PRODUKT ZU MIR NEHMEN? SOLLTE ES AUF LEEREN MAGEN ODER MIT MAHLZEITEN EINGENOMMEN WERDEN?

Nehmen Sie eine Tablette am Tag mit oder ohne Mahlzeit ein.

12) GIBT ES ANDERE PHYSISCHE ZUSTÄNDE/BEDINGUNGEN, FÜR DIE DIE VERWENDUNG DIESES PRODUKTS KONTRAINDIZIERT IST?

Es gibt bezüglich der Verwendung dieses Produkts keinerlei Hinweise auf Kontraindikationen. Wie bei allen Nahrungsergänzungsmitteln sollten jedoch Personen, die sich in beaufsichtigter ärztlicher Betreuung befinden, vor Verwendung dieses Produkts den Rat eines Arztes einholen.



13) IST ES VON VORTEIL, WENN MAN VITAMIN D IN ISOLIERTER FORM ANSTELLE EINES MULTIVITAMINS MIT VITAMIN D EINNIMMT?

Ja. Das reine Vitamin D Nahrungsergänzungsmittel kann man verwenden, um die Vitamin D Dosis eines Multivitamins wie NUTRILITE DOUBLE X™ zu erhöhen. Diese Strategie ist hilfreich für Personen, die versuchen ihren Vitamin D Haushalt zu verbessern und eine potenzielle Lücke zu schließen. Ein reines Vitamin D Nahrungsergänzungsmittel könnte außerdem angebracht sein, wenn ein neuer, preisbewusster Kunde darauf aufmerksam gemacht worden ist (z. B. von einem Arzt), dass er einen Vitamin D Mangel hat. Er kann dann zu einem erschwinglichen Preis mit einem reinen Vitamin D Nahrungsergänzungsmittel auf diese Situation reagieren.

14) KANN DIESES PRODUKT MIT ANDEREN NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTELN EINGENOMMEN WERDEN?

NUTRILITE Vitamin D kann mit anderen Nahrungsergänzungsmitteln kombiniert werden. Dies gibt den Verwendern die Flexibilität, die Einnahme ihrer Ergänzungsmittel ihrem spezifischen Lebensstil und Nahrungsbedarf anzupassen. Beispielsweise birgt eine Kombination dieses Produkts mit NUTRILITE DOUBLE X oder NUTRILITE Einmal Täglich und/oder NUTRILITE CalMagD Plus keinerlei Risiken für die menschliche Gesundheit, wenn die täglichen Dosen eingehalten werden.

15) FÜR WELCHE ALTERSSTUFE WIRD DIESES PRODUKT EMPFOHLEN?

Dieses Produkt ist für Erwachsene entwickelt worden. Kinder unter 12 Jahren dürfen Nahrungsergänzungsmittel nicht ohne Beratung eines Gesundheitsdienstleisters oder Apothekers verzehren. Wenn ein Nahrungsergänzungsmittel von einem Gesundheitsdienstleister oder Apotheker für ein Kind empfohlen wird, werden Kautabletten empfohlen, die insbesondere für Kinder hergestellt wurden. NUTRILITE™ Vitamin-Mineralstoff-Kautabletten enthalten Vitamin D und werden für Kinder ab vier Jahren empfohlen.

16) IST DAS PRODUKT VOLLKOMMEN NATÜRLICH?

Die Formel enthält zwei Hauptzutaten, die Vitamin D liefern. Beide stammen aus natürlichen Quellen: Kultivierte Hefe liefert die D2-Form des Nährstoffs (Ergocalciferol); die D3-Form des Nährstoffs (Cholecalciferol) wird aus Lanolin extrahiert.

