

Vitamine D3 75 mcg / 3000 IE - 60 vcaps

Vitamine D3 75 mcg / 3000 IE - 60 vcaps

VKR91343

Koop dit product op <https://supplentia.com/nl/nl/vitamine-d3-75-mcg-3000-ie-60-vcaps>

Extra hoge dosering

Beschrijving

Hoogst biologisch beschikbare vorm vitamine D3 Een ontoereikende vitamine D huishouding is door de schaarste aan zonnestralen in onze koude Benelux vaker regel dan uitzondering. Desondanks kan een evenwichtig voedingspatroon een effectieve remedie vormen. De vormen ergocalciferol (vitamine D2) en cholecalciferol (vitamine D3) zijn namelijk respectievelijk te vinden in paddenstoelen en voeding van dierlijke oorsprong. Paddenstoelen en dieren maken op dezelfde manier vitamine D aan als mensen, onder invloed van uv-straling (zonlicht).

De vorm die je consumeert uit dierlijke producten (vitamine D3) is zelfs exact dezelfde vitamine D die onze huid aanmaakt, en daarom de meest biologisch beschikbare vorm voor ons menselijk verteringsgestel. D3 heeft talloze gezondheidsbevorderende effecten Het klinkt natuurlijk allemaal heel mooi dat de zonnevitamine ook in onze dagelijkse voeding vertegenwoordigd is, maar de hoeveelheden zijn verwaarloosbaar.

Om een beeld te geven, je moet rond de 500 gr gebakken zalm per dag eten om in je vitamine D behoefte te voorzien. Daarnaast is de zon in Nederland slechts vijf maanden per jaar fel genoeg om de huid in haar stralingsbehoefte te voorzien. D3 suppletie lijkt dus voor elke Nederlander behoefte in plaats van luxe, vooral in de donkere maanden.

Bovendien zijn de gezondheidsbevorderende effecten van vitamine D3 eindeloos. De zonnevitamine zorgt onder andere voor een verhoogde calciumopname, verbeterde celdifferentiatie, goede spierfunctie, gezond immuunsysteem, sterke botten en een florissant gebit. Slechts één tablet voorziet in je vitamine D behoefte Onze vitamine D3 – 75 mcg is het geschikte supplement bij een ontoereikende vitamine D huishouding.

We raden je in eerste instantie aan één van onze varianten van de Multi's Dag & Nacht te gebruiken. De Multi's Dag & Nacht voorzien in de meeste gevallen namelijk al in je dagelijkse vitamine D behoefte. Plus, uw lichaam krijgt bij gebruik van één van de Multi Dag & Nacht varianten naast voldoende vitamine D3 een breed scala aan verscheidende andere gezondheidsbevorderende nutriënten binnen. Breed inzetbaar onder verschillende doelgroepen Er bestaan echter specifieke doelgroepen die baat hebben bij een vitamine D3 inname van 75 mcg per dag of meer. Voorbeelden hiervan zijn senioren, arbeiders met veel nachtdiensten, of mensen met een donkere huidskleur.

Verder zijn mensen die gewoonweg niet veel buiten komen gebaat bij een hogere vitamine D3 inname. Vitamine D3 – 75 mcg kan in deze gevallen naast een van onze de Multi's Dag & Nacht formules geslikt worden. Kleine tablet voor optimaal slikgemak De vitamine D3 – 75 mcg tab zijn uiterst klein. We praten over een doorsnee van slechts zeven millimeter, een gemiddeld gewicht van 125 milligr en een dikte van rond de drie millimeter. Zelfs het doorslikken van meerdere tab tegelijk moet dus geen enkel probleem vormen!

Goedgekeurde gezondheidsclaims

- Vitamine D bevordert een goed calciumgehalte in het bloed, is goed voor de calciumhuishouding en verhoogt de calciumopname in de botten.
- Vitamine D speelt een rol bij botaanmaak, is goed voor het skelet en voor het behoud van sterke botten.
- Vitamine D is goed voor het celdelingsproces en speelt een rol in weefselgroei en ontwikkeling.
- Vitamine D heeft een positieve invloed op het immuunsysteem.
- Vitamine D is goed voor de spieren en sterke tanden

Aanbevolen gebruik

Neem 1 vega capsule per dag. Aanbevolen dosering niet overschrijden. Dit voedingssupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar.

Bewaaradvies

Droog en op kamertemperatuur (15-25°C) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden.

Waarschuwing

n.v.t.

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

Samenstelling

Samenstelling per dosering (1 vega capsule):

Vitamine D3 (cholecalciferol, Quali-D®)

Hoeveelheid

75 mcg

ADH*

1500%

Ingredienten

aardappelzetmeel (vulstof), HPMC (vega capsule), Vitamine D3 Quali-D®, magnesium stearaat (anti-klontermiddel), zonnebloemolie (anti-klontermiddel)

* RI = Referentie-inname

Categorie:

Vitamine D

Ingrediënt:

Vitamine D

Kenmerk:

Non-GMO, Vegetarisch

Vorm:

Vegetarische capsule

Vrij van:

Conserveringsmiddelen, Gluten, Lactose, Suiker, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen