

## Welche Mikronährstoffe enthält VITAMIN ADEK ÖL?

Ein Tropfen enthält durchschnittlich:

Vitamin A (5000 IE).....364 µg RE\*  
Vitamin D3 (1000 IE).....25 µg  
Vitamin E.....4 mgTE\*\*  
Vitamin K2 (all-trans MK7).....25 µg

\*RE = Retinol-Äquivalent

\*\*TE = Alpha-Tocopherol-Äquivalent

Trägerstoff: MCT-Öl aus Kokos

Dieses Produkt ist frei von Weizen, Gluten, Soja, Laktose, Hefe, künstlichen Farb- und Süßstoffen, Aromastoffen und Konservierungsmitteln.

Vegetarisches Produkt | Ohne Gentechnik

### Verzehrempfehlung:

1 Tropfen täglich zu einer fettreichen Hauptmahlzeit oder nach therapeutischer Anweisung einnehmen.

### Hinweis:

Während der Schwangerschaft nur nach therapeutischer Absprache einnehmen. Eine Überdosierung mit Vitamin A kann toxisch wirken. Als sichere Zufuhr für gesunde Erwachsene wird 3 mg (10.000 IE) Vitamin A pro Tag angegeben.

## Wann wird die Einnahme von VITAMIN ADEK ÖL empfohlen?

Bei langfristiger Einnahme von Vitamin D sollten regelmäßig der Vitamin D- und Calciumspiegel im Blutserum kontrolliert werden.

- Nachgewiesener Mangel an fettlöslichen Vitaminen
- Resorptionsstörungen im Darm
  - entzündliche Darmerkrankungen
  - Pankreasschwäche, Fettverdauungsstörung, chronischer Durchfall
- Leber- und Gallenerkrankungen
- Nachtblindheit, Blendempfindlichkeit
- Trockene Augen, Hornhautschäden
- Erkrankungen der Haut
  - Akne, Neurodermitis, Psoriasis
- Wundheilungsstörung
- Schleimhautdefekte
- Immunschwäche, besonders bei erhöhter Infektanfälligkeit der Atemwege
- Fruchtbarkeitsstörung
- Vegane Ernährung

*Fit* **Sein**  
Gesundheitsprodukte

Am Schulfang 5a, D-84172 Buch

Tel: 08709-900 4190 Fax: 4189

ePost [info@fitsein.de](mailto:info@fitsein.de)

[www.foodstate.de](http://www.foodstate.de)

# FoodState

PRÄPARATE  
NAHRUNGSERGÄNZUNGEN  
IN LEBENSMITTELQUALITÄT  
[www.foodstate.de](http://www.foodstate.de)

## VITAMIN ADEK ÖL



## Welche Vitalstoffe sind im VITAMIN ADEK ÖL enthalten?

VITAMIN ADEK ÖL enthält vier essentielle, fettlösliche Vitamine in einem Tropfen für die tägliche Versorgung mit Vitamin A, D3, E und Vitamin K<sub>2</sub>.

Vitamin D3 wird aus Wollwachs gewonnen. Vitamin E wird in Form natürlicher Tocopherole und Vitamin K als all-trans MK-7 bereitgestellt.

### Wofür braucht der Körper Vitamin A?

Vitamin A leistet folgenden, wissenschaftlich belegten Beitrag für die Gesundheit:

- zur Erhaltung normaler Haut und Schleimhäute
- zur Erhaltung normaler Sehkraft
- zur normalen Funktion des Immunsystems
- zur Funktion der Zellteilung
- zum Eisen-Stoffwechsel, indem es die Eisenverwertung bei der Blutbildung verbessert
- zur antioxidativen Zellschutzfunktion
- bei der Kontrolle der Genexpression
- bei der Entwicklung der Spermien

Vitamin A wirkt bei vielen Stoffwechselschritten synergistisch mit Vitamin D. Für eine intakte Schleimhautbarriere im Darm und das darmassoziierte Immunsystem

ist es von elementarer Bedeutung. Darüber hinaus spielt Vitamin A eine Schlüsselrolle für die Immunbalance. Ein Mangel an Vitamin A ist u. a. mit Störungen der Sehfunktion (z. B. Nachtblindheit, Hell-Dunkel-Adaption), Schleimhautdefekten und erhöhter Infektanfälligkeit assoziiert.

### Wofür braucht der Körper Vitamin D?

Vitamin D3 leistet folgenden, wissenschaftlich belegten Beitrag für die Gesundheit:

- normale Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor
- normaler Calciumspiegel im Blut
- Erhaltung gesunder Knochen und Zähne
- Erhaltung einer normalen Muskelfunktion
- normale Funktion des Immunsystems
- normale Funktion bei der Zellteilung

### Wofür braucht der Körper Vitamin E?

Vitamin E hat ein hohes antioxidatives Potenzial und schützt die Zellmembranen vor oxidativem Stress durch freie Radikale.

### Wofür braucht der Körper Vitamin K?

Vitamin K ist ein wesentlicher Faktor im

Blutgerinnungssystem. Vitamin K ist notwendig für das Knochenwachstum und die Erhaltung gesunder Knochen. Es wirkt synergistisch mit Vitamin D3 beim Einbau von Calcium in die Knochenmatrix.

### Wann besteht die Gefahr eines Vitaminmangels?

Ein Mangel an fettlöslichen Vitaminen kann v.a. durch Störungen in der Fettverdauung verursacht werden.

Zudem kann eine fettarme Ernährung einen Mangel an Vitamin A, D, E und K nach sich ziehen.

Der Bedarf an Vitamin A wird aus Nahrungsmitteln tierischer Herkunft sowie durch pflanzliche Nahrungsmittel, die Beta-Carotin enthalten, gedeckt. Es deutet sich an, dass mind. 25 % der Bevölkerung in Deutschland die empfohlene Aufnahme von Vitamin A mit der Ernährung nicht erreichen. Die Bedarfsdeckung durch Carotinoide, als Vorstufe von Vitamin A (Provitamin) wird laut aktueller Studienlage überschätzt, da die Aufnahme und Umwandlung des Provitamins im Darm sehr starken individuellen Schwankungen unterliegen.