

PRODUKTINFORMATION

D3 Kwizda

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät)
zum Diätmanagement bei Vitamin D-Mangel.

Warum wird D3 Kwizda eingenommen?

Bei D3 Kwizda handelt es sich um ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei Vitamin D-Mangel. In solchen Lebensmitteln werden Ihnen Nährstoffe zur Verfügung gestellt, die in der angebotenen Dosierung zum Diätmanagement im Zusammenhang mit einer Erkrankung oder einem Mangel geeignet sind.

Wie wird Vitamin D gebildet?

Mit Hilfe von UVB-Strahlen des Sonnenlichtes wird Provitamin D, die Vorstufe zu Vitamin D, in der Haut gebildet. Provitamin D wird danach durch die Körpertemperatur in Vitamin D (= Cholecalciferol) umgewandelt. Das in der Haut unter dem Einfluss von UV-Licht gebildete oder alternativ mit der Nahrung aufgenommene Vitamin D wird in die Leber transportiert. Vitamin D wird in der Leber und schließlich vor allem in der Niere in seine aktive Form (Dihydroxycholecalciferol oder auch Calcitriol) umgewandelt. In dieser aktiven Form kann es seine Funktion im Stoffwechsel erfüllen.

Zu einem Vitamin D-Mangel kommt es, wenn die, mit der Nahrung aufgenommene oder im Körper gebildete Menge, für die Versorgung nicht ausreicht. Durch eine gezielte Vitamin D-Zufuhr kann der Mangel ausgeglichen werden.

Welche Lebensmittel liefern Vitamin D?

Ca. 10% des benötigten Vitamin D kann dem Körper über Nahrungsmittel zugeführt werden. Reich an Vitamin D sind nur wenige Lebensmittel, die vielfach nicht in großen Mengen verfügbar sind bzw. verzehrt werden, wie beispielsweise die fettreichen Fischarten (Lachs, Hering und Makrele) sowie Eigelb oder entsprechend angereicherte Öle und Margarine. Der Beitrag von Lebensmitteln zum Ausgleich eines Vitamin D-Mangels ist daher gering.

Welche Wirkungen von Vitamin D sind wissenschaftlich untersucht?

Schon in der Vergangenheit hatte Vitamin D einen unverzichtbaren Stellenwert z.B. in der Osteoporose- oder Rachitis-Therapie. Da nahezu alle Körperzellen Vitamin D-Rezeptoren besitzen, ist das Wirkungsspektrum entsprechend breit. Daher beschäftigen sich viele medizinische Fachrichtungen mit der Bedeutung von Vitamin D für den menschlichen Organismus und den Auswirkungen, die ein Vitamin D-Mangel für den Gesundheitszustand haben kann. Zahlreiche aktuelle wissenschaftliche Studien zeigen einen Zusammenhang zwischen Vitamin D Mangel und diversen Erkrankungen.

Welche Erkrankungen werden mit Vitamin D-Mangel assoziiert?

- Rachitis
- Osteoporose
- Grippale Infekte
- Influenza
- Bluthochdruck
- Diabetes (Typ 1 & 2)
- Herzinfarkt
- Schlaganfall
- Funktionseinschränkungen des Bewegungsapparates
- Muskelschwäche
- Rheuma
- Müdigkeit
- Depressionen
- Alzheimer
- Morbus Parkinson
- Multiple Sklerose
- Karzinome

Welche Faktoren können das Risiko für Vitamin D-Mangel erhöhen?

- Übergewicht
- Kurze Aufenthaltsdauer im Freien
- Arbeit vorwiegend nachts oder in geschlossenen Räumen
- Verwendung von Sonnen- oder Tagescremen
- Dunkle Hautpigmentierung
- Permanente, großflächige Hautbedeckung
- Übermäßiger Alkoholkonsum
- Bestimmte Medikamente, z. B. Cortison, Antidepressiva
- Chronische Leber- oder Nierenerkrankungen
- Gestörte Gallen- oder Pankreasfunktion
- Immunsuppression

Ebenso weisen Schwangere, Babys und ältere bzw. immobile Menschen sowie postmenopausale Frauen ein erhöhtes Risiko für Vitamin D-Mangel auf.

Dosierung und Anwendung von D3 Kwizda:

1 x täglich eine Tablette zu den Mahlzeiten mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen (zum Schlucken oder Kauen)

Nährwertangaben	Pro 100 g	Pro Tablette
Brennwert	3.235 kJ/773 kcal	3 kJ/1 kcal
Fett	0,7 g	< 0,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	74 g	< 0,1 g
davon Zucker	59 g	< 0,1 g
Eiweiß	< 0,1 g	< 0,1 g
Salz (davon Natrium: 104 mg)	0,26 g	< 0,01 g
Vitamin D	75.000 µg	75 µg

75 µg Vitamin D3 = 3.000 I.E.

3.000 I.E. Vitamin D3 entsprechen 375% der empfohlenen Tagesdosis gemäß D-A-CH-Referenzwerte 2013.

Zutaten: Milchzucker (40 mg pro Tablette); Füllstoff: Cellulose; Maltodextrin; Trägerstoff: modifizierte Stärke (aus Mais); Saccharose; Trennmittel: Siliziumdioxid, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Cholecalciferol
Nettofüllmenge: 28 bzw. 56 runde, weiße Tabletten mit einseitiger Bruchkerbe à 0,1 g = 2,8 g bzw. 5,6 g

Wichtige Hinweise

Nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet.

Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Nicht über 25 °C lagern.

Nur in Apotheken erhältlich.

Hersteller und Vertrieb:

Kwizda Pharma GmbH, Effingergasse 21, 1160 Wien