

Navodilo za uporabo

PREHRANSKO DOPOLNILO

VITAMIN D IMUNO FORTE 3200

mehke kapsule

KAJ JE VITAMIN D IMUNO FORTE 3200?

Vitamin D3 (holekalciferol) sodi med esencialna mikrohranila. Je **prohormon, z več pomembnimi funkcijami v človeškem telesu**. Sintetizira se v koži ob neposredni izpostavljenosti sončni svetlobi (UVB-sevanju), vir vitamina D pa so tudi nekatera živila, vključno z vitaminom D obogatena živila in prehranska dopolnila. **Kadar sončno obsevanje z UVB-žarki ni dovolj intenzivno (jeseni in pozimi) ali ko premalo časa preživimo na soncu, je za pokrivanje potreb po tem vitaminu treba zagotoviti njegov vnos s hrano, tudi s prehranskimi dopolnili.**

Vitamin D je dobro poznan zaradi svoje vloge pri **zdravju kosti in zob ter delovanju mišic**, obenem **prispeva tudi k absorpciji kalcija in fosforja**. Razpoložljivost kalcija in fosforja v telesu podpira celične procese.

Dobro je znano tudi, da vitamin D **prispeva k normalnemu delovanju imunskega sistema**, kar je še posebej pomembno v jesenskem in zimskem času. Imunski sistem brani telo z dvostranskim pristopom: s prirojeno imunostjo in pridobljeno ali adaptivno imunostjo, ki jo pridobivamo celo življenje. Vitamin D torej **spodbuja naravni, prirojeni imunski sistem in podpira našo odpornost**. Ob tem je pomembno, da poskrbimo še za druge dejavnike, kot so spanje, izogibanje kroničnemu stresu in skrb za telesno dejavnost ter zdravo in uravnoteženo prehrano.

- Vitamin D prispeva k delovanju imunskega sistema.
- Vitamin D prispeva k ohranjanju zdravih kosti.
- Vitamin D prispeva k delovanju mišic.
- Vitamin D prispeva k ohranjanju zdravih zob.
- Vitamin D prispeva k normalni ravni kalcija v krvi.
- Vitamin D prispeva k normalni absorpciji/uporabi kalcija in fosforja.
- Vitamin D ima vlogo pri delitvi celic.

VITAMIN D IMUNO FORTE 3200 je namenjen dopolnjevanju prehrane odraslih in otrok, starejših od 11 let.

PRIPOROČENO ODMERJANJE IN UPORABA IZDELKA VITAMIN D IMUNO FORTE 3200

Odrasli in otroci, starejši od 11 let: 1 kapsula na dan.
Priporočenega dnevnega odmerka se ne sme prekoračiti.

Mehke kapsule zaužijte cele z vodo. Ne žvečite. Mehke kapsule se lahko jemljejo neodvisno od obrokov.

OPOZORILA

Ne jemljite prehranskega dopolnila VITAMIN D IMUNO FORTE 3200:

- če ste alergični na katero koli sestavino izdelka,
- če imate hude težave z ledvicami, ledvične kamne ali usedline kalcija v ledvicah,
- če vam je zdravnik povedal, da imate v telesu že preveč kalcija ali vitamina D.

Če ste noseči, dojite ali jemljete zdravila, se morate, preden začnete jemati to prehransko dopolnilo, posvetovati z zdravnikom, kot je običajno pri vseh dopolnilih ali zdravilih.

Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano. Skrbite tudi za zdrav življenjski slog.

SESTAVINE

Srednjeveržni trigliceridi, želatina (ovoj), glicerol, prečiščena voda, titanov dioksid (barvilo), butilhidroksitoluen (antioksidant), železov oksid (barvilo), vitamin D3 (holekalciferol).

Vitamin D IMUNO FORTE ne vsebuje glutena, laktoze in mlečnih beljakovin.

Povprečna hranilna vrednost ene kapsule:

	1 kapsula (548 mg)
Energijska vrednost	3,6 kcal/14,8 kJ
Maščobe	0,3 g
od tega nasičene maščobe	0,3 g
Ogljikovi hidrati	0,1 g
od tega sladkorji	0 g
Beljakovine	0,13 g
Sol	0,0002 g
Vitamin D	80 µg (400 % PDV*)

* PDV – priporočen dnevni vnos

SHRANJEVANJE

Shranjujte v originalni embalaži, zaščiteno pred svetlobo.

Shranjevati nedosegljivo otrokom!

Neto količina: 16,4 g (30 mehkih kapsul)

DISTRIBUTER:

Lek farmacevtska družba d.d., Verovškova 57, 1526 Ljubljana, Slovenija

Datum zadnje revizije: oktober 2021