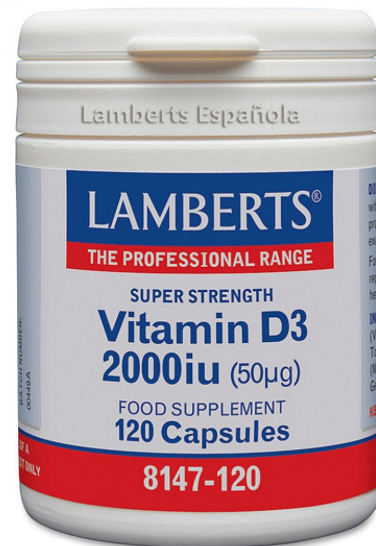


## D-vitamin 2000 IE 120 kapslar

EAN: 5055148413033 FABRICANTE: LAMBERTS



Viktigt för ben, tänder och immunförsvar.

### DESCRIPCIÓN

D-vitamin kallas "solskensvitaminet". Det är viktigt för benhälsan och kan bromsa utvecklingen av osteoporos, stärka immunförsvaret och hjälpa till att förebygga vissa sjukdomar. Det finns många studier om D-vitamin som stöder argumentet att vi alla borde titta på vårt D-vitaminintag. Dessutom minskar kroppens förmåga att producera D-vitamin med åldern, så D-vitaminbrist är vanligt hos äldre.

Vitamin D är ett fettlösligt vitamin som kan intas med mat eller tillverkas av kroppen till följd av att solljus träffar vår hud. Personer med liten exponering för solljus bestämmer sig ofta för att komplettera sin kost med extra vitamin D. Det är också viktigt för ett normalt upptag och utnyttjande av kalcium och fosfor, och bidrar till celldelningsprocessen.

Utan tillräckligt med D-vitamin kan kroppen inte ta upp kalcium från mat eller kosttillskott. När blodkalciumnivåerna är låga kommer kroppen att ta bort kalcium från benen till blodet för att förse musklerna (särskilt hjärtat) och nerverna med den mängd de behöver. Med tiden leder denna omfördelning av kalcium till en förlust av benmassa.

Därför bidrar D-vitamin till att minska risken för fall relaterade till postural instabilitet och muskelsvaghet. Fall är en riskfaktor för benfrakturer hos män och kvinnor över 60 år och denna fördel uppnås med en dos på 20 µg dagligen. Idag fortsätter forskare att upptäcka fler funktioner hos vitamin D och sjukvårdspersonal rekommenderar dess intag och övervakar adekvata nivåer genom analys.

Varje Lamberts® Vitamin D-kapsel ger 2000 IE (i form av vitamin D3), med solrosolja, eftersom det är viktigt för absorptionen av detta fettlösliga vitamin.

Vitamin D spelar många viktiga roller i kroppen och bidrar till:

- Underhåll av normala ben.
- Upprätthålla normal muskelfunktion.
- Upprätthålla normal funktion av immunsystemet.
- Celldelningsprocess.
- Normalt upptag/utnyttjande av kalcium och fosfor.
- Normala kalciumnivåer i blodet.



## D-vitamin 2000 IE 120 kapslar

EAN: 5055148413033

FABRICANTE: LAMBERTS



### Näringsinformation

#### Per kapsel:

Vitamin D3 2000 IE (50 µg)

### Bruksanvisning

Ta 1 kapsel dagligen med en måltid.

