

Link do produktu: <https://www.czasnawitaminy.pl/naturalna-witamina-d3-krople-20ml-dr-jacobs-p-202.html>



Naturalna Witamina D3 krople 20ml Dr Jacobs

Cena	26,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	4041246500790
Kod producenta	4041246500790
Kod EAN	4041246500790

Opis produktu

D3 Witamina słońca suplement diety

dla odporności, zębów i kości

produkt odpowiedni dla wegetarian

20 ml na 600 porcji dziennych po 800 j.m. (IU)

najlepiej spożyć przed 30.11.2022r.

Witamina D powstaje w skórze pod wpływem promieni słonecznych. W naszej strefie geograficznej jest to możliwe od kwietnia do września w godz. 10-15 przy min. 15-minutowym dziennym ekspozowaniu przynajmniej przedramion i nóg. Jeżeli jednak w tych miesiącach brak słońca, nie przebywamy na nim lub stosujemy kremy z filtrem (mogą one ograniczyć wytwarzanie witaminy D nawet o 90%), niski poziom witaminy D może już wczesną jesienią odbić się negatywnie na odporności. Przez pozostałą część roku wytwarzanie witaminy D w skórze praktycznie nie zachodzi. W naszym klimacie zbyt mała podaż witaminy D jest więc powszechna.

Zdolność wytwarzania witaminy przez skórę zmniejsza się także wraz z wiekiem, co może prowadzić do zmniejszenia wchłaniania wapnia, ważnego dla kości oraz funkcjonowania mięśni (witamina D bierze udział we wchłanianiu wapnia). O wiele więcej słońca do wytwarzania witaminy D w skórze potrzebują osoby ze śniadą i ciemną cerą.

Żywność niskiej jakości oraz wysoko przetworzona może nie zapewniać odpowiedniej ilości witaminy D. A i przy dobrym odżywianiu pokarmy mogą zapewnić zwykle tylko ok. 30% dziennego zapotrzebowania na tę witaminę. Dlatego tak ważna jest jej suplementacja.

Tylko jedna kropla Witaminy słońca zawiera aż 800 j.m. witaminy D3. Jest to ilość zapewniająca odpowiedni poziom tej witaminy nawet u osób z pełnym brakiem jej endogenego wytwarzania.

Witamina D ma naukowo potwierdzony korzystny wpływ na zdrowie:

- dla prawidłowego funkcjonowania układu odpornościowego,
- dla utrzymania zdrowych kości i zębów,
- przyczynia się do normalnego wzrostu i rozwoju kości u dzieci,
- dla utrzymania prawidłowej funkcji mięśni,
- dla dobrego wchłaniania wapnia oraz fosforu,
- dla prawidłowego poziomu wapnia we krwi,

- bierze udział w prawidłowych podziałach komórek.

Wiek	Zalecane dzienne spożycie
	witamina D*
Dzieci od 1 do 10 lat	5 µg** = 200 j.m. (IU)***
Osoby powyżej 11 lat	5 µg = 200 j.m.
Kobiety w ciąży i karmiące	5 µg = 200 j.m.

*przy braku syntezy endogennej; **mikrogram; ***jednostka międzynarodowa (international unit) określająca ilość substancji aktywnej

orcja zalecana do spożycia w ciągu dnia dla osób powyżej 11. roku życia: 1-2 krople dziennie na łyżeczce lub wprost do ust.

Dla dzieci do 11 roku życia Witamina słońca D3 nie powinna być przyjmowana razem i innymi produktami zawierającymi witaminę D.

Zwiększone zapotrzebowanie na witaminę D₃ mają osoby otyłe i z przewlekłymi procesami zapalnymi.

U dzieci do 1 roku życia stosować pod kontrolą lekarza.

Okres ciąży i karmienia - 1-2 krople (przyjmowanie preparatów z witaminą D podczas ciąży i karmienia powinno być skonsultowane z lekarzem).

Podać na łyżeczce lub zakropić do jamy ustnej i rozprowadzić po niej językiem.

Zawartość bioaktywnej witaminy E może u niektórych osób z podrażnieniem błony śluzowej powodować nieznaczne poczucie "drapania" w gardle.

Olej MCT

W produktach **Dr. Jacob's** z witaminami A, D, E i K w płynie stosujemy frakcję **kwasów tłuszczowych MCT**, pozyskiwaną z oleju kokosowego. W przeciwieństwie do samego oleju kokosowego, bogatego w nasycone kwasy tłuszczowe, które, jako produkt spożywczy, nie są korzystne dla zdrowia, **średniołańcuchowe kwasy tłuszczowe MCT** mają wiele korzystnych właściwości zdrowotnych oraz dietetycznych, z których wiele jest potwierdzona naukowo. Jedną z nich jest to, że **MCT** nie wpływa negatywnie na profil lipidowy krwi i nie zwiększa ryzyka wystąpienia chorób układu krążenia.

Zastosowanie **MCT** ma bardzo korzystny wpływ na trwałość witamin rozpuszczonych w tym oleju. W porównaniu z innymi olejami, **MCT** ma także znacznie większą odporność na jęczenie. Dzięki temu witaminy **Dr. Jacob's** mogą mieć maksymalny dopuszczalny termin przydatności do spożycia (2 lata) i zachowują świeżość długo od momentu pierwszego otwarcia buteleczki (6 miesięcy). **Olej MCT** nie ma smaku, co jest ważne w przypadku podawania witamin małym dzieciom.

Składniki:

olej MCT (z kokosa, 95%), przeciwutleniacz: tokoferol (naturalna witamina E), cholekalcyferol (witamina D3).

Produkt odpowiedni dla wegetarian - w przeciwieństwie do innych produktów z witaminą D3, ta zawarta w produkcie **Witamina słońca D3** pozyskiwana jest z lanoliny z wełny owczej (ekstrahowana za pomocą naświetlania promieniami UV).

Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Przechowywać w szczelnie zamkniętym opakowaniu w sposób niedostępny dla małych dzieci. Po otwarciu przechowywać w temperaturze 6 do 25 °C i zużyć w ciągu 6 miesięcy. Chronić przed światłem słonecznym. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zrównoważonej diety. Ważna jest zrównoważona dieta oraz zdrowy tryb życia.

Informacje o witaminie D

Ocenia się, że ok. 80-100% dobowego zapotrzebowania na witaminę D₃ pochodzi z biosyntezy w skórze, a tylko w niewielkim stopniu wspomagane jest przez źródła pokarmowe. Dieta bazująca na żywności niskiej jakości lub wysoce przetworzonej praktycznie nie zawiera tej witaminy.

Witamina D powstaje w skórze pod wpływem promieni słonecznych (wytwarzanie endogenne). W naszej strefie geograficznej jest to możliwe od kwietnia do września w godz. 10-15 przy min. 15-minutowym dziennym ekspozycji przynajmniej przedramion i nóg. Nadmiar witaminy D wytworzonej w ten sposób magazynowany jest w tkance tłuszczowej i uwalniany do krwiobiegu przez około dwa miesiące. Jeżeli jednak w tych miesiącach brak słońca, nie przebywamy na nim lub stosujemy kremy z filtrem (mogą one ograniczyć wytwarzanie witaminy D nawet o 90%), niski poziom witaminy D może już wczesną jesienią może być niewystarczający dla wsparcia odporności. Skóra o bardzo ciemnej karnacji produkuje witaminę D około sześciu razy wolniej, na skutek pochłaniania promieniowania UV przez melaninę. Przez pozostałą część roku wytwarzanie witaminy D w skórze praktycznie nie zachodzi. W naszym klimacie zbyt mała endogenna podaż witaminy D jest więc powszechna.

Zdolność wytwarzania witaminy przez skórę zmniejsza się także wraz z wiekiem, co może prowadzić do braku wsparcia dla wchłaniania wapnia, ważnego dla kości oraz funkcjonowania mięśni (witamina D bierze udział we wchłanianiu wapnia).

Producent: Dr. Jacob's Medical GmbH
Platter Str. 92, 65232 Taunusstein, Niemcy