OLMED sp. z o.o. sp. k.
ul. Jagienki 32, Łódź
42 640 50 34

DR JACOBS Witamina D3 FORTE 2000 j.m.krople 20 ml

Cena: 39,89 PLN

Opis słownikowy

Producent	Dr. Jacobs
Rodzaj rejestracji	Suplement diety

Opis produktu

WłaściwościDR JACOBS Witamina D3 FORTE 2000 j.m.krople 20 mlWitamina słońca D3 FORTEsuplement dietydla odporności, zębów i kościprodukt odpowiedni dla wegetarian20 ml na 600 porcji dziennych po 2000 j.m. (IU),koszt dziennej porcji to tylko 8 grWitamina 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 eksponowaniu 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 cześć 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.

Ze względu na powyższe, w naszym klimacie bardzo ważna jest jej suplementacja witaminą D. I nie dotyczy to tylko rosnących dzieci i nastolatków, ale każdego.

Tylko jedna kropla Witaminy słońca D3 FORTE zawiera aż 2000 j.m. witaminy D3.Jest to ilość zapewniająca odpowiedni poziom tej witaminy nawet u osób z zupełnym brakiem jej endogennego wytwarzania oraz szybkie uzupełnienie w przypadku jej niedoborów.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.nformacje o witaminie DOcenia 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 eksponowaniu 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 cześć 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).Zbyt mało witaminy DPrzyczyny niewystarczającej ilości witaminy D to mała jej ilość w diecie oraz zbyt mała ekspozycja na słońce. Jednak przyczyną mogą być także różne zaburzenia wchłaniania lub przemiany witaminy D w wątrobie i nerkach, w jej aktywne biologicznie metabolity. W takich przypadkach należy podjąć leczenie.Wymagającymi wizyty u lekarza objawami długotrwałego niedoboru witaminy D mogą być:krzywica (u dzieci i młodzieży),rozmiękanie kości (osteomalacja),osteoporoza u dorosłych,złamania, skrzywienia i zwyrodnienia układu kostnego, zniekształcenia sylwetki,bóle kości i stawów,złe funkcjonowanie układu nerwowego i mięśniowego,zapalenie spojówek,stany zapalne skóry,osłabienie organizmu i zmniejszenie odporności,ciągłe uczucie zmęczenia,depresja,pogorszenie słuchu,osłabienie i wypadanie zębów,zwiększenie ryzyka chorób autoimmunologicznych, zwłaszcza cukrzycy typu I, choroby Leśniowskiego-Crohna, niektórych rodzajów nowotworów.Osoby z chorobą Parkinsona i stwardnieniem rozsianym mają niższe stężenie witaminy D w surowicy.Przedawkowanie witaminy DPrzedawkowanie witaminy D nie jest możliwe poprzez zbyt duże wystawienie skóry na promienie słoneczne. Witaminę D przedawkować można jedynie przez nadmierne jej spożycie, np. długotrwałe przekraczanie maksymalnej bezpiecznej ilości 100 µg dziennie (4000 j.m.). Jednak zdarza się to bardzo rzadko, gdyż wymaga to bardzo dużych porcji witaminy D, nawet ok. 1 250 µg (50 000 j.m.) dziennie. Jednakże w niektórych chorobach np. gruźlicy czy sarkoidozie, objawy zatrucia mogą spowodować porcje dzienne nawet o wiele mniejsze, np. powyżej 25 µg (1000 j.m.) na dobę. Dlatego nie należy spożywać skoncentrowanych postaci witaminy w przypadku takich chorób.Przy długotrwałym przekraczaniu maksymalnej bezpiecznej ilości witaminy D wystąpić może hiperkalcemia (nadmierny poziom wapnia w surowicy krwi), co może powodować:ciągłe poczucie pragnienia,częste oddawanie moczu,uczucie otępienia, niepokoju,osłabienie i łatwe męczenie się,brak apetytu, wymioty,świąd skóry,bóle głowy,powstawanie kamieni nerkowych lub zwapnienie nerek (w dłuższym czasie)nadciśnienie.Jednakże, w niektórych przypadkach zalecane jest okresowe przekraczanie nawet maksymalnej bezpiecznej ilości dziennej – decyzję taką zawsze podejmuje lekarz.**Zalecane spożycie**

Porcja zalecana do spo?ycia w ci?gu dnia dla osób powy?ej 11 roku ?ycia: 1 kropla dziennie na ?y?eczce lub wprost do ust.

Taka porcja zawiera 50 ?g witaminy D3 (2000 j.m.), co odpowiada 1000% zalecanego dziennego spo?ycia (RWS - referencyjne warto?ci spo?ycia) oraz 50% bezpiecznej dziennej porcji (UL) dla osób powy?ej 11 roku ?ycia oraz 100% bezpiecznej dziennej porcji dla dzieci od 1 do 11 roku ?ycia.

Dla dzieci do 18 roku ?ycia D3 Witamina s?o?ca nie powinna by? przyjmowana razem i innymi produktami zawieraj?cymi witamin? D.

Zwi?kszone zapotrzebowanie na witamin? D3 maj? osoby oty?e i z przewlek?ymi procesami zapalnymi.

U dzieci do 1 roku ?ycia stosowa? pod kontrol? lekarza.

Okres ci??y i karmienia - przyjmowanie preparatów z witamin? D podczas ci??y i karmienia powinno by? skonsultowane z lekarzem. D?ugotrwa?e przyjmowanie nadmiernych porcji dziennych witaminy D podczas ci??y i karmienia mo?e mie? negatywny wp?yw na p?ód i noworodka. Nadmiar witaminy D mo?e by? przyczyn? deformacji p?odu i chorób ko?ci u noworodka.

Wed?ug Europejskiego Urz?du ds. Bezpiecze?stwa ?ywno?ci bezpieczny poziom spo?ycia (UL**) witaminy D ze wszystkich ?ród?? dla doros?ych i dzieci od 11 roku ?ycia wynosi 100 ?g (mikrogram). Dla dzieci od 1 do 10 roku ?ycia – 50 ?g.

Kropla Witamina s?o?ca D3 FORTE zawiera 50 ?g, co jest równowarto?ci? 2000 j.m. (IU)**** witaminy D i stanowi 1000% zalecanej dziennej dawki (RWS) oraz 50%bezpiecznego poziomu spo?ycia dla doros?ych i jego 100% dla dzieci.

Ustalony przez EFSA poziom braku obserwowanych dzia?a? niepo??danych (no observed adverse effect level – NOAEL) wynosi dla witaminy D 250 µg/dzie?. Witamina D ma bardzo niskie ryzyko przekroczenia UL.

Wiek	Zalecane dzienne spo?yciewitaminy D*	Maksymalna bezpieczna ilo?? dzienna witaminy D (UL)**
Dzieci od 1 do 10 roku ?ycia	5 ?g*** = 200 j.m. (IU)****	50 ?g = 2000 j.m.
Osoby powy?ej 11 roku ?ycia	5 ?g = 200 j.m.	100 ?g = 4000 j.m.
Kobiety w ci??y i karmi?ce	5 ?g = 200 j.m.	100 ?g = 4000 j.m.

*przy braku syntezy endogennej; **maksymalna bezpieczna dawka dzienna; ***mikrogram; **** jednostka mi?dzynarodowa (international unit) okre?laj?ca ilo?? substancji aktywnej

Do buteleczki Witamina słońca D3 FORTE dołączona jest nakrętka z praktyczną pipetką ułatwiającą precyzyjne porcjowanie.**Ważne**Witamina słońca D3 FORTE Dr. Jacob's rozpuszczona jest w ekologicznym, delikatnie rafinowanym oleju słonecznikowym bogatym w kwas oleinowy.Zapewnia on stabilne trwanie witaminy przez min. 2 lata oraz daje pewność świeżości i skuteczności produktu.Olej słonecznikowy jest praktycznie bezsmakowy, co jest ważne w przypadku podawania witaminy D3 małym dzieciom.Przechowywać w miejscu niedostępnym dla małych dzieci. Po otwarciu przechowywać w temperaturze 10 do 25 °C, ale nie w lodówce. Chronić przed światłem słonecznym. Zużyć w ciągu 6 miesięcy.Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia. Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zrównoważonej diety.**Składniki**wysokiej jakości olej MCT z kokosa (93%), 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 FORTE pozyskiwana jest z lanoliny z wełny owczej (ekstrahowana za pomocą naświetlania promieniami UV).**Producent**Dr. Jacob's Polandul. Kasprzaka 7 / U 1, 01-211 WarszawaTel.: 22 490 94 30