



system

VITAMIN D<sub>3</sub>  
+K<sub>2</sub> 2000

*lactose- &  
glutenfrei*

Doppelherz system Produkte bieten eine sinnvolle, systematisch abgestimmte Kombination verschiedener Inhaltsstoffe – Gesundheit mit System.

Gesunde Knochen sind in jedem Alter wichtig, denn sie bilden das Gerüst unseres Körpers. Knochen unterliegen einem ständigen Auf- und Abbauprozess. Für den Knochenerhalt spielen neben dem Mineralstoff Calcium auch die Vitamine D und K eine wichtige Rolle.

Die moderne Kombination von Doppelherz system VITAMIN D<sub>3</sub> 2000 + K<sub>2</sub> enthält daher 50 µg Vitamin D<sub>3</sub>. Dies entspricht 2000 I.E. (Internationale Einheiten) und 100 µg Vitamin K<sub>2</sub> in Form von Menachinon (MK-7).

Vitamin K zählt zu den fettlöslichen Vitaminen und kommt in unterschiedlichen Varianten vor: das hauptsächlich in den Blättern grüner Pflanzen enthaltene Vitamin K<sub>1</sub> (Phyllochinon) und das Vitamin K<sub>2</sub> (Menachinon). Unter Vitamin K<sub>2</sub> werden mehrere Menachinone (MK) zusammengefasst, darunter das in Doppelherz system VITAMIN D<sub>3</sub> 2000 + K<sub>2</sub> enthaltene MK-7. Der menschliche Körper kann Vitamin K<sub>2</sub> nur in geringen Mengen selbst herstellen, in dem es von Mikroorganismen im Darm gebildet und ins Blut transportiert wird.

Über die Nahrung wird Vitamin K<sub>2</sub> vor allem aus tierischen und bakteriell fermentierten Lebensmitteln aufgenommen. Die Quellen sind neben Innereien, Fleisch und Eidotter hauptsächlich Milchprodukte und bestimmte Käsesorten. Der höchste Gehalt an Vitamin K<sub>2</sub> kommt in japanischem Natto (fermentierte Sojabohnen) vor.

**Vitamin K und Vitamin D sind wahre Multitalente für die Gesundheit.**

Vitamin K spielt bei zahlreichen Körperfunktionen eine Rolle. Schon lange ist bekannt, dass Vitamin K zur normalen Blutgerinnung beiträgt. Eine weitere Aufgabe von Vitamin K liegt in der Knochengesundheit.

Vitamin K trägt wie Vitamin D zum Erhalt normaler Knochen bei. Vitamin D trägt zu einer normalen Aufnahme von Calcium bei und unterstützt den normalen Calciumspiegel im Blut. Vitamin K unterstützt die Mineralisierung der Knochen.

Auch Vitamin D erfüllt weitere Aufgaben im Körper. Das fettlösliche Vitamin trägt zum Erhalt der normalen Muskelfunktion und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

Daher ist eine ausreichende Versorgung an beiden Mikronährstoffen wichtig.

**Eine Tablette enthält:**

50 µg Vitamin D, 100 µg Vitamin K

**Verzehrempfehlung:**

Einmal täglich 1 Tablette zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

**Hinweis:**

Bei Einnahme von Blutgerinnungshemmer nur nach Rücksprache mit dem Arzt verwenden.

Es wird empfohlen bei längerer Einnahme den Vitamin D Spiegel im Blut überprüfen zu lassen. Weitere Vitamin D haltige Nahrungsergänzungsmittel oder Arzneimittel sollten nicht ohne ärztliche Rücksprache eingenommen werden.

Bei erhöhtem Calciumspiegel im Blut (Hypercalciämie) oder einer erhöhten Calciumkonzentration im Harn (Hypercalciurie) darf das Produkt nicht angewendet werden.

Für Kinder unter 12 Jahren und Schwangere nicht geeignet.



  
**Queisser**  
PHARMA  
GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg