



Calcium

mit Bioresorptionsmatrix

Um bereits in der Kindheit starke Knochen aufzubauen und sie ein Leben lang zu erhalten, benötigt der Körper eine ausreichende Versorgung mit **Calcium**. Untersuchungen zeigen jedoch, dass viele Menschen zu wenig **Calcium** zu sich nehmen, um die dauerhafte Erhaltung der Knochensubstanz zu gewährleisten.

Neben dem Schutz vor Osteoporose kommen dem Kalzium jedoch noch weitere, lebenswichtige Funktionen für den menschlichen Organismus zu: Da **Calcium** zusammen mit Phosphat den Hauptbestandteil von Knochen und Zähnen ausmacht, ist eine ausreichende Versorgung des Körpers mit **Calcium** wesentlich für die Zahngesundheit.

Calcium ist außerdem an der Blutgerinnung beteiligt und spielt eine zentrale Rolle bei der Funktion des Abwehrsystems: Es steuert Enzymreaktionen, ist an der Aufrechterhaltung des Säure-Base-Gleichgewichts beteiligt und reguliert die Reizübertragung von Nerven auf Muskeln und von Hormonen auf entsprechende Körperregionen. **Calcium** ist daher sowohl für die Funktion der Muskeln wie auch für das „Nervenkostüm“ von großer Bedeutung.

Wieviel **Calcium** der Körper benötigt, variiert je nach Alter und Gesundheitszustand. Für gesunde Erwachsene sind 1000 mg die empfohlene Tagesdosis. Schwangere Frauen benötigen pro Tag 1.200-1.500 mg Kalzium, Frauen nach der Menopause ebenfalls 1.500 mg täglich.

Bei einer Nahrungsergänzung mit **Calcium** ist besonders wichtig, in welcher Form das **Calcium** vorliegt, da die Bioverfügbarkeit der einzelnen Calciumsalze erheblich schwankt. Eine niedrige



Bioverfügbarkeit bedeutet, dass der Körper das zugeführte Calcium nicht richtig verarbeiten kann.

Calcium Kapseln enthalten Kalzium Citrat, welches sich durch eine besonders hohe Bioverfügbarkeit auszeichnet. Außerdem enthält jede Kapsel eine **Biore-sorptionsmatrix**, bestehend aus Spirulina, Alfalfa und Papain.

Diese Kombination verbessert die Bioverfügbarkeit weiter.

Sie erhalten **Calcium** in der Packungsgröße:

- 100 Kapseln pro Dose

Inhalt

Calciumcitrate: 750 mg
(100% RDA)
Silizium: 50 mg
Vitamin D: 50 i.u. (50% RDA)
F.O.S: 50 mg
Spirulina: 20 mg
Alfalfa: 20 mg
Papain: 20 mg

Verzehrempfehlung

1 Kapsel täglich zu den Mahlzeiten

Zutaten

Calciumcitrat, Gelatine, Silizium, Fructo Oligo Saccharide, Spirulina, Alfalfa, Papain, Vitamin D