Cefavit® D3 K2 Mg Stix

Nahrungsergänzungsmittel

hochdosiertes Vitamin D3, Vitamin K2 und Magnesium

Schwarzer Johannisbeeren-Geschmack

für Knochen, Muskeln und Blutgerinnung

Partner für Knochen und Muskeln

Der Erhalt einer normalen Muskelfunktion wird von **Magnesium** und **Vitamin D** unterstützt. Vitamin D ist wie **Vitamin K** und Magnesium an knochenbildenden Prozessen beteiligt. Zusammen tragen sie zum Erhalt normaler Knochen bei. Zwischen den Nährstoffen bestehen Synergien und enge Wechselwirkungen. Sie sind teils direkt aufeinander angewiesen. Magnesium ist beispielsweise nötig, um Vitamin D in seine aktive Form umzuwandeln. Vitamin D ist an der normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium aus der Nahrung beteiligt und daran, dass der Calciumgehalt im Blut normal gehalten werden kann. Eine der Funktionen des Vitamin K ist es dann, sich um den Einbau des Calciums in die Knochen zu kümmern und somit zum Erhalt normaler Knochen beizutragen.

Knochen – stabil und doch empfindlich

Stabile Knochen und Muskelkraft sind für den Bewegungsapparat wichtig. Die Knochen unterliegen einem ständigen Auf- und Abbau. Nachdem im Alter von 25–30 Jahren normalerweise die maximale Knochenmineraldichte erreicht wird, setzt ab ca. 40 Jahren der kontinuierliche Knochenmasseverlust von 0,3–0,5 % pro Jahr ein. Für die Zeit der Wechseljahre erhöht sich der Verlust bei den Frauen auf 2–5 %. Es ist somit von Bedeutung, im Wachstumsalter eine hohe Knochenmineraldichte zu erreichen und zusätzlich den Abbau im weiteren Lebensverlauf möglichst zu verringern.

Vitamin K an Regulierung der Blutgerinnung beteiligt

Im Stoffwechsel gibt es eine Reihe Vitamin K-abhängiger Eiweißstoffe, die unter anderem für den Calcium- und Knochenstoffwechsel und für die Blutgerinnung zuständig sind. Eine normal funktionierende Blutgerinnung ist für den Erhalt des Blutflusses und für den Schutz vor Blutverlusten essentiell. Vitamin K trägt zu einer normalen Blutgerinnung bei.

Perfektes Duo: Magnesiumcitrat und Magnesiumoxid

Magnesiumcitrat wird vom Körper schnell aufgenommen während Magnesiumoxid eine höhere Verweildauer im Körper hat. In der Kombination bieten sie eine optimale Versorgung mit Magnesium.

Wer sollte besonders auf Nährstoffe achten?

Im Allgemeinen reicht eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung für die ausreichende Nährstoffzufuhr aus. In bestimmten Lebenssituationen oder bei erhöhtem Bedarf kann es wichtig sein, auf eine ausreichende Zufuhr von Vitamin D3, Vitamin K2 und Magnesium zu achten, zum Beispiel: Wachstum, Wechseljahre, Sportler, Senioren, Schwangere/Stillende, Stress, Aufnahmestörungen im Magen-Darm-Bereich, Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Cortison, Antibiotika, Blutverdünner), Fehl-/Mangelernährung, Vegetarier/Veganer, Störungen Leber-/Nierenstoffwechsel, chronischer Alkoholmissbrauch.

Cefavit® D3 K2 Mg 2.000 Stix – sinnvoll kombiniert – Einnahme direkt

Ein Portionsbeutel liefert hochdosierte Mengen der Vitamine D3 und K2 in sinnvoller Kombination mit zwei Magnesiumverbindungen. In der mikroverkapselten MK-7-Form ist Vitamin K2 sehr gut bioverfügbar und stabil. Cefavit® D3 K2 Mg 2.000 Stix sind für Vegetarier, Kinder (ab 7 Jahre) und Jugendliche geeignet (s. Verzehrsempfehlung), schmecken nach schwarzer Johannisbeere und können direkt ohne Flüssigkeit eingenommen werden – ***Cefadirect® schmeckt!***

Zudem erhältlich:

- **Cefavit® D3 K2 Mg 2.000** Kapseln für die tägliche Einnahme
- **Cefavit® D3 K2 Mg 4.000** Kapseln für eine Einnahme jeden 2. Tag
- **Cefavit® D3 K2 Mg 7.000** Kapseln für eine Einnahme 1x pro Woche.

Cefak KG · Ostbahnhofstraße 15 · D-87437 Kempten/Germany **cefavit-d3-k2-mg.de**

Cefavit® D3 K2 Mg Stix

mit Magnesiumcitrat

Nahrungsergänzungsmittel mit hochdosiertem Vitamin D_3, Vitamin K_2 und Magnesium.

1 Portionsbeutel enthält: 2.000 I.E. entspr. 50 µg Vitamin D_3, 100 µg Vitamin K_2, 300 mg Magnesium.

Verzehrsempfehlung: Erwachsene nehmen täglich einmal, Jugendliche ab 13 Jahren jeden 2. Tag und Kinder ab 7 Jahren jeden 3. Tag den Inhalt eines Portionsbeutels ein. Die Einnahme erfolgt direkt ohne Flüssigkeit am besten kurz vor oder nach einer Mahlzeit.

Zusammensetzung (durchschn. Gehalte)	**Tagesdosis 1 Portionsbeutel**	% der empf. Tagesdosis (NRV)
Vitamin D	**50 µg = 2.000 I.E.**	1.000 %
Vitamin K	**100 µg**	133 %
Magnesium	**300 mg**	80 %

NRV: nutrient reference value = Nährstoffbezugswert nach LMIV

Zutaten: Füllstoff Erythrit, Stärke, Magnesiumoxid (17,3 %), Magnesiumsalze der Zitronensäure (14,4 %), Aroma, Füllstoff Hydroxypropylmethylcellulose, Verdickungsmittel Natrium-Carboxymethylcellulose, Menachinon[1], Cholecalciferol[2].

[1] Vitamin K_2 als MK-7, all-trans, mikroverkapselt, vegan.
[2] Vitamin D_3, vegetarisch.

Vitamin D und **Magnesium** unterstützen den Erhalt einer normalen Funktion der **Muskeln** und zusammen mit **Vitamin K** die Erhaltung normaler **Knochen**. Darüber hinaus trägt **Vitamin K** zu einer normalen **Blutgerinnung** bei.

Für Vegetarier geeignet. Glutenfrei. **Ohne Zusatz von:** Allergenen, Gelatine, Farbstoffen, Hefe.

Hinweise: Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.
Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Bei Einnahme blutverdünnender Medikamente empfiehlt sich die Rücksprache mit dem Arzt. Nicht für Kinder unter 4 Jahren bestimmt. Magnesium kann in höheren Dosierungen bei empfindlichen Personen leicht abführend wirken.

Bitte kühl, trocken, lichtgeschützt und außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Packungsgröße: Inhalt: 36 Portionsbeutel = 93,6 g.

Erhältlich in Apotheken.

Hergestellt in Deutschland (Kempten/Allgäu).

Was Sie noch aus dem hochwertigen **Cefa…** Sortiment interessieren könnte:

Selen	**Cefasel 50/100/200 nutri®**
Curcuma + D_3 + C	**Cefacur®**
Curcuma + D_3 + C + K_2 + Weihrauch	**Cefacur® K_2 Boswellia**
Safran + B_5 + B_{12}	**Cefasafra®**
Melatonin	**Cefanight®**
Vitamin D_3	**Cefavit® D_3 1.000/2.000/7.000 I.E./Liquid**
Vitamin K_2	**Cefavit® K_2**
Vitamin D_3 + K_2	**Cefavit® D_3 K_2 Liquid**
Vitamin D_3 + K_2 + Magnesium	**Cefavit® D_3 K_2 Mg 2.000/4.000/7.000**
Vitamin B-Komplex	**Cefavit® B-complete**
Vitamin B_{12}	**Cefavit® B_{12}**
Eisen plus	**Cefavit® ferrit**
Babyplanung/Schwangerschaft/Stillzeit	**Cefavit® natal**
Magnesium	**Cefamag® 300/400**
Omega-3	**Cefaomega®**
Ginkgo/Mistel/Weißdorn	**Cefavora®**
Rhodiola plus	**Cefavora® memo**
Mahlzeitersatz	**Cefamagar® Vitaldiät**

Gute Gesundheit! Cefak seit 1948

Sie haben noch Fragen oder möchten Informationsmaterial – wir informieren Sie gerne!
Cefak KG · Verbraucherservice · Postfach 1360 · D-87403 Kempten · Tel.: 0831/57401-0
Fax: 0831/57401-50 · E-Mail: cefak@cefak.com · Internet: www.cefak.com

005097073100000 DE/CAA