



**aktiv**

✓ lactosefrei  
✓ glutenfrei  
Für Vegetarier  
geeignet

# Calcium

## + Vitamin D<sub>3</sub>

Calcium ist ein lebenswichtiger Mineralstoff, z. B. zum Erhalt normaler Knochen.

Ein erhöhter Calciumbedarf besteht besonders im Wachstumsalter, während Schwangerschaft und Stillzeit, bei Frauen in und nach den Wechseljahren und bei Menschen ab dem 45. Lebensjahr.

Vitamin D kann der Körper durch die regelmäßige Einwirkung von Sonnenlicht auf die Haut selbst bilden, jedoch reicht diese Eigenproduktion in unseren Breiten oft nicht aus.

Da der Körper Calcium nicht selbst bilden kann, muss es ausreichend und regelmäßig über die Nahrung aufgenommen werden. Der „Calcium-Einbauhelfer“ Vitamin D trägt zu einer normalen Verwertung von Calcium bei und leistet wie Vitamin K einen Beitrag zum normalen Knochenerhalt..

- Calcium + Vitamin K unterstützen den normalen Knochenerhalt.
- Calcium trägt zur Erhaltung normaler Zähne, einer normalen Muskelfunktion und zur normalen Blutgerinnung bei.
- Vitamin D trägt zu einer normalen Verwertung von Calcium bei und unterstützt den normalen Knochenerhalt.

Zusammensetzung	pro 1 Tablette	% NRV*	pro Tagesportion (= 2 Tabletten)	% NRV*
Calcium	600 mg	75 %	1200 mg	150 %
Vitamin D	5 µg	100 %	10 µg	200 %
Vitamin K	40 µg	53,5 %	80 µg	107 %

\* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

### Verzehrempfehlung:

1 Tablette täglich zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

Bei calciumarmer Ernährung 2 Tabletten täglich.

### Hinweise:

Auf Einnahme weiterer calciumreicher Nahrungsergänzungsmittel verzichten.

Für Kinder und Jugendliche nicht geeignet.

Nicht geeignet für Personen mit Funktionsstörungen der Niere und calciumhaltigen Nierensteinen in der Familie.



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