Jetzt neu mit Vitamin K2!

FolPlus® D3

Wir wissen alle, wie wichtig es ist, auf eine abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise zu achten. Darüber hinaus kann es sinnvoll sein, in bestimmten Lebensphasen die Ernährung ganz gezielt zu ergänzen. In **FolPlus® D3** sind fünf besonders wertvolle Vitamine enthalten:

Folsäure (Vitamin B9) hilft bei allen Zellteilungsvorgängen und beim normalen Funktionieren des Immunsystems. Außerdem trägt sie zu normalen psychischen Funktionen wie Konzentration, Erinnerungs- und Denkvermögen bei. Folsäure hat weitere gute Eigenschaften:
Sie unterstützt die normale Blutbildung und die Verringerung von Müdigkeit.

Vitamin B6 unterstützt den normalen Eiweiß- und Energiestoffwechsel sowie die normalen Funktionen des Nerven- und Immunsystems. Außerdem trägt Vitamin B6 zu normalen psychischen Funktionen und zur Verringerung von Müdigkeit bei.

Vitamin B12 ist ebenfalls für normale psychische Funktionen, einen normalen Energiestoffwechsel und ein normal funktionierendes Immunsystem hilfreich. Zudem unterstützt es normale Funktionen des Nervensystems und die normale Bildung der roten Blutkörperchen. Besonders für ältere Menschen ist eine ausreichende Versorgung mit Vitamin B12 wichtig.

Vitamin D3 ist das „Knochenvitamin". Es trägt zum Erhalt normaler Knochen und Muskelfunktionen sowie zu einem normal funktionierenden Immunsystem bei. Vitamin D wird bis zu 90 % durch Sonneneinstrahlung in der Haut gebildet. Hält man sich zu selten im Freien auf, leidet folglich die Versorgung mit diesem Vitamin. Für die zweite Lebenshälfte ist Vitamin D3 von besonderer Bedeutung.

Vitamin K2 trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin K ist ein fettlösliches Vitamin. Man unterscheidet zwei Formen: Vitamin K1 (Phyllochinon), das vor allem in Pflanzen vorkommt oder Vitamin K2, ein Gruppe von Verbindungen, die hauptsächlich in Milchprodukten oder fermentierten Lebensmitteln vorkommen (Menachinon).

Natürliches Vorkommen der Nährstoffe

- **Folsäure (Vitamin B9):** in Blattsalaten, Brokkoli, Grünkohl, Spinat, Tomaten, Weizenkeimen, Hülsenfrüchten, Hefe, Eiern und Nüssen
- **Vitamin B6:** in Fleisch, Fisch, Käse, Milch und Vollkornprodukten
- **Vitamin B12:** in Fleisch und Fisch; geringere Mengen in Milch und Eiern
- **Vitamin D3:** hauptsächlich Eigenproduktion; in der Nahrung: in Lebertran, fettreichem Fisch
- **Vitamin K2:** in Hartkäse, in Eiern

Eigenschaften der B-Vitamine

Die drei in **FolPlus® D3** enthaltenen B-Vitamine unterstützen
- die Konzentrations-/Gedächtnisleistung
- das Immunsystem
- den Homocystein-Stoffwechsel

B-Vitamine und Homocystein

Eine Besonderheit der in **FolPlus® D3** enthaltenen drei B-Vitamine ist deren Beitrag zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel.
Homocystein ist ein Eiweißbaustein, der natürlicherweise beim Abbau des lebenswichtigen Eiweißbausteins Methionin entsteht.
Ist der Körper ausreichend mit den B-Vitaminen Folsäure (B9), B6 und B12 versorgt, wird das als Nebenprodukt gebildete Homocystein abgebaut.

Eigenschaften von Vitamin D3

Das in **FolPlus® D3** enthaltene Vitamin D3 unterstützt
- die Knochen
- die Muskeln
- das Immunsystem

Verzehrempfehlung

Nehmen Sie 1 x täglich eine Mini-Tablette **FolPlus® D3** unzerkaut mit etwas Flüssigkeit ein.
Die Einnahme sollte vorzugsweise während einer Mahlzeit oder eines Snacks erfolgen. Dadurch wird die Aufnahme von Vitamin B12 erleichtert.

Packungsgröße

Eine Packung enthält 90 Mini-Tabletten.

Aufbewahrung

Die Tabletten müssen trocken, nicht über 25 °C und unzugänglich für kleine Kinder gelagert werden. Da die Tabletten empfindlich auf Feuchtigkeit reagieren, sollte eine Aufbewahrung im Badezimmer oder Kühlschrank vermieden werden.

Hinweise

- Personen, die mit gerinnungshemmenden Medikamenten behandelt werden, sollten vor der Einnahme von Vitamin-K-haltigen Nahrungsergänzungsmitteln mit ihrem Arzt sprechen..

- Durch den Verzicht auf Farbstoffe ist die Eigenfarbe der enthaltenen Nährstoffe sichtbar. Violett bis schwarz erscheinende Punkte sind auf die Eigenfarbe des Vitamin B_{12} zurückzuführen.

Zutaten

Füllstoffe: Cellulose, Calciumphosphat; Maltodextrin; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B_6); Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure); Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Überzugsmittel: Hydroxypropylcellulose; Menaquinon (Vitamin K_2); Cyanocobalamin (Vitamin B_{12}); Cholecalciferol (Vitamin D_3)

Nährstoffe	**pro Tablette**	**% RM***
Vitamin B_6	4 mg	286
Folsäure (B_9)	400 µg	200
Vitamin B_{12}	30 µg	1200
Vitamin D_3	20 µg **	400
Vitamin K_2	50 µg	67

* Referenzmenge gemäß LMIV

** entspricht 800 I.E. (Internationale Einheiten)

Die Mini-Tabletten sind vegetarisch, glutenfrei, sowie frei von Laktose, Fruktose, Farbstoffen und Aromastoffen.

Nahrungsergänzungsmittel. Erhältlich in allen Apotheken.

SteriPharm GmbH & Co. KG
Robert-Koch-Platz 4
D-10115 Berlin
www.folplus.de

Stand: 07/2026