

Liebe Anwender von

# VITAMIN D3 HEVERT 4000 IE

## Nahrungsergänzungsmittel

Mit Vitamin D3 Hevert 4000 IE haben Sie ein hochdosiertes Vitamin D-Produkt von Hevert gewählt. Eine gute Versorgung mit Vitamin D ist von großer Bedeutung für die Gesundheit. Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen, zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.



### Das Vitamin D3

Unter Vitamin D versteht man eine Gruppe von mehreren Stoffen. Die Form, die in den meisten Präparaten verwendet wird, ist das Vitamin D3 (Colecalciferol). Der Körper kann Vitamin D3 aus Cholesterin in der Haut selbst herstellen. Dafür ist jedoch die UVB-Strahlung des Sonnenlichts notwendig, die in ausreichender Intensität nur in den Sommermonaten zur Verfügung steht. Im Winter ist der Körper auf den gespeicherten Vitaminvorrat angewiesen.

Besonders im Alter ist die Fähigkeit der Haut, Vitamin D3 zu bilden, deutlich reduziert. Hinzu kommt, dass die Eigenproduktion sinkt, wenn sich der Aufenthalt im Freien verringert. Dies ist beispielsweise bei Heimbewohnern oder bettlägerigen Personen der Fall, aber auch bei jüngeren Menschen, die zum Beispiel wegen hoher Arbeitsbelastung nur selten in die Sonne kommen.



Neben der körpereigenen Produktion kann Vitamin D3 auch über die Nahrung aufgenommen werden. Nur wenige Lebensmittel enthalten Vitamin D3 in

bedeutenden Mengen wie fettreiche Fische (zum Beispiel Hering und Makrele). In deutlich geringeren Mengen ist Vitamin D3 in Eiern, Milch und Butter enthalten.

### Für wen eine Vitamin D-Einnahme besonders ratsam ist

Besonders ratsam ist die Einnahme von Vitamin D für Menschen, bei denen die Gefahr einer ungenügenden Versorgung besonders groß ist. Dazu gehören:

- Ältere Menschen
- Afrikaner und Asiaten, die in nördlichen Breiten leben
- Personen, die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen
- Personen, die regelmäßig Pflegeprodukte mit Lichtschutzfaktor nutzen

### Trägt zum Erhalt stabiler Knochen bei



Mit der Einnahme von Vitamin D3 Hevert 4000 IE unterstützen Sie die tägliche Versorgung mit Vitamin D. Für die Knochengesundheit spielt auch regelmäßige Bewegung

eine wichtige Rolle, möglichst an der frischen Luft, um die körpereigene Vitamin D-Produktion durch das Sonnenlicht anzuregen:

- Machen Sie kleine Ausflüge mit dem Fahrrad.
- Gehen Sie spazieren, so oft es geht.
- Machen Sie leichte Gymnastik.

### Sichere Vitamin D-Dosierung

Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat für die tägliche Vitamin D-Aufnahme Höchstmengen festgelegt, die als unbedenklich gelten: Für Jugendliche ab 11 Jahren und Erwachsene sind dies

4000 IE Vitamin D pro Tag, für Kinder von 1 bis 10 Jahren sind es 2000 IE Vitamin D pro Tag, die maximal zugeführt werden sollen. Diese Höchstmengen beziehen sich auf die gesamte Vitamin D-Zufuhr aus Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln und Arzneimitteln.



### Verzehrempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 11 Jahren: Jeden 2. Tag 1 Tablette. Kinder von 4 bis 10 Jahren: Jeden 2. Tag ½ Tablette. Die Tablette mit etwas Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen.

Die angegebene empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

1 Tablette (Verzehrmenge jeden 2. Tag) enthält 100 µg Vitamin D3, entsprechend 4000 IE\*. Dies entspricht einer täglichen Verzehrsmenge von 50 µg Vitamin D3, entsprechend 2000 IE\* bzw. 1000 % der empfohlenen Tageszufuhr gemäß Lebensmittelinformationsverordnung.

\*1 IE = 0,025 µg Vitamin D

1 µg = 40 Internationale Einheiten (IE)

### Zutaten

Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Gelatine (Rind), Trennmittel Siliciumdioxid, **SOJAÖL** (teilweise gehärtet), Füllstoff vernetzte Natrium-Carboxymethylcellulose, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Verdickungsmittel Natrium-Carboxymethylcellulose, Cholecalciferol.

Glutenfrei.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

### Alles Gute für Ihre Gesundheit wünscht Ihnen Ihr Hevert-Team!

Weitere Tipps rund um Vitamin D3 Hevert 4000 IE finden Sie im Internet unter [www.vitamin-d3-4000.hevert.de](http://www.vitamin-d3-4000.hevert.de)

Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG  
In der Weiherwiese 1  
D-55569 Nussbaum  
[www.hevert.de](http://www.hevert.de)  
[info@hevert.de](mailto:info@hevert.de)

Stand der Information: Mai 2020



DE 553/2011



Für jede verkaufte Packung spendet Hevert 1 Cent an die „Kéré Foundation e.V.“, die Bildungs- und Entwicklungsprojekte in Burkina Faso unterstützt. [www.kere-foundation.com](http://www.kere-foundation.com)



Hevert nutzt zu 100% Strom aus erneuerbaren Energiequellen



**HEVERT**  
ARZNEIMITTEL

# VITAMIN D-PRÄPARATE VON HEVERT



LAKTOSE- UND GLUTENFREI

[www.vitamin-d3-2000.hevert.de](http://www.vitamin-d3-2000.hevert.de)  
[www.vitamin-d3-4000.hevert.de](http://www.vitamin-d3-4000.hevert.de)

Eine gute Versorgung mit Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen, zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.

Der Körper kann Vitamin D aus Cholesterin in der Haut selbst herstellen. Dafür ist die UVB-Strahlung des Sonnenlichts notwendig, die in ausreichender Intensität nur in den Sommermonaten zur Verfügung steht.

Die Aufnahme von Vitamin D über die Nahrung spielt nur eine untergeordnete Rolle, da nur wenige Lebensmittel Vitamin D in nennenswerten Mengen enthalten. Besonders ratsam ist die Einnahme von Vitamin D für Menschen, bei denen die Gefahr einer ungenügenden Versorgung groß ist.

Dazu gehören:

- Ältere Menschen aufgrund verringerter Eigenbildung von Vitamin D
- Personen, die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen
- Personen, die regelmäßig Pflegeprodukte mit Lichtschutzfaktor nutzen

## VITAMIN D3 K2 HEVERT PLUS CALCIUM UND MAGNESIUM



[www.vitamin-d3k2.hevert.de](http://www.vitamin-d3k2.hevert.de)

Für die Gesundheit von Knochen und Muskulatur sind die richtige Kombination und Dosierung von Mikronährstoffen entscheidend. Die Mikronährstoffe Vitamin D, Vitamin K2, Calcium und Magnesium ergänzen sich optimal in ihrer Funktion: Die Komplettversorgung für gesunde Knochen und leistungsfähige Muskeln.

Besonders geeignet für

- Frauen und Männer ab dem mittleren Lebensalter
- Frauen in und nach den Wechseljahren
- Menschen mit Bewegungsmangel
- Menschen, die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen

## VITAMIN B COMPLETE HEVERT

vegan



[www.vitamin-b-complete.hevert.de](http://www.vitamin-b-complete.hevert.de)

B-Vitamine sind für den natürlichen Ablauf vieler Körperfunktionen und Stoffwechselprozesse notwendig. Sie gehören zu den wasserlöslichen Vitaminen und werden daher nicht lange im Körper gespeichert. Eine regelmäßige Zufuhr der B-Vitamine ist daher sinnvoll. Vitamin B Complete Hevert Kapseln enthalten alle B-Vitamine von B1 bis B12 und zusätzlich Cholin, Inositol und PABA.

Wir empfehlen die Einnahme zum Beispiel

- Bei hoher körperlicher Beanspruchung
- Bei starker geistiger oder nervlicher Belastung
- Für Veganer und Vegetarier

## NEURO BALANCE HEVERT

vegan



[www.neurobalance.hevert.de](http://www.neurobalance.hevert.de)

Die Bestandteile von NeuroBalance Hevert sind auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse zusammengestellt, um Tag für Tag Ihre natürliche innere Kraft gegen Stress zu unterstützen.

NeuroBalance Hevert enthält die Mineralstoffe Magnesium, Selen und Zink sowie das B-Vitamin Biotin. Biotin und Magnesium tragen zur normalen psychischen Funktion und zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Selen und Zink tragen dazu bei, Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Die Einnahme wird besonders empfohlen für

- Berufstätige, die unter hohem Leistungsdruck stehen
- Menschen vor belastenden Situationen oder in persönlichen Umbruchsphasen
- Insbesondere Frauen mit Doppelbelastung in Familie und Beruf

### Erhältlich in Ihrer Apotheke

**Vitamin D3 Hevert 2000 IE und Vitamin D3 Hevert 4000 IE – Nahrungsergänzungsmittel** Zutaten: Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Gelatine (Rind), Trennmittel Siliciumdioxid, Sojaöl (teilweise gehärtet), Füllstoff vernetzte Natrium-Carboxymethylcellulose, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Verdickungsmittel Natrium-Carboxymethylcellulose, Cholecalciferol.

**Vitamin D3 K2 Hevert plus Calcium und Magnesium – Nahrungsergänzungsmittel** Während der Einnahme von Blutgerinnungshemmern sollte der Verzehr nur in Absprache mit einem Arzt erfolgen. Zutaten: Calciumcarbonat, Hydroxypropylmethylcellulose, Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Trennmittel: Magnesiumoxid, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Cholecalciferol (Vitamin D), Menachinon (Vitamin K2).

**Vitamin B Complete Hevert – Nahrungsergänzungsmittel** Der Verzehr während der Schwangerschaft und Stillzeit sollte in Absprache mit einem Arzt erfolgen. Vor Laboruntersuchungen informieren Sie bitte Ihren Arzt über die Einnahme von Vitamin B Complete Hevert. Zutaten: Cholinhydrogentartrat, Hydroxypropylcellulose, Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Thiaminmononitrat, Nicotinamid, Inositol, Natrium-Riboflavin-5'-phosphat, para-Aminobenzoesäure, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Folsäure, D-Biotin, Methylcobalamin.

**NeuroBalance Hevert - Nahrungsergänzungsmittel** Nicht empfohlen für Kinder und Jugendliche unter 15 Jahren. Der Verzehr während der Schwangerschaft und Stillzeit sollte in Absprache mit einem Arzt erfolgen. Auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden. Vor Laboruntersuchungen informieren Sie bitte Ihren Arzt über die Einnahme von NeuroBalance Hevert. Zutaten: Magnesiumcitrat, Hydroxypropylmethylcellulose, Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Zinkgluconat, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, D-Biotin, Natriumselenit.

Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG · In der Weiherwiese 1 · D-55569 Nussbaum · [info@hevert.de](mailto:info@hevert.de)

Besuchen Sie uns unter  
[www.hevert.de](http://www.hevert.de)

