orthomol vital f



Liebe Verwenderinnen von Orthomol Vital f,

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Vital f entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme.

Was ist Orthomol Vital f?

Orthomol Vital f ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Vitamin C, Riboflavin (Vitamin B_2), Vitamin B_6 , Vitamin B_{12} , Folsäure, Niacin, Pantothensäure und Magnesium tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

Thiamin (Vitamin B_1), Riboflavin (Vitamin B_2), Vitamin B_6 , Vitamin B_{12} , Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Biotin, Magnesium, Calcium, Jod, Mangan und Kupfer tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Thiamin (Vitamin B_1), Riboflavin (Vitamin B_2), Vitamin B_6 , Vitamin B_{12} , Vitamin C, Niacin, Biotin, Magnesium, Kupfer und Jod tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Vitamin C, Vitamin E, Riboflavin (Vitamin B2), Zink, Selen, Kupfer und Mangan tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA ein. Calcium wird zum Erhalt normaler Knochen und Zähne benötigt.

Wie nehme ich Orthomol Vital f ein?

Täglich den Inhalt eines Beutels in 150 - 200 ml stilles Wasser einrühren und zu oder nach einer Mahlzeit zusammen mit der Tablette und der Kapsel einnehmen.

Wie lange soll ich Orthomol Vital f einnehmen? Orthomol Vital f kann über einen Zeitraum von mehreren Wochen eingenommen werden.

Was muss ich beachten?

- Orthomol Vital f in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapsel ist lactose- und glutenfrei.
- Die enthaltene Gelatine stammt vom Rind. • Dieses Produkt enthält eine separate Jodtablette. Sollten Sie an Funktionsstörun-
- gen der Schilddrüse leiden, holen Sie bitte vor der Einnahme ärztlichen Rat ein. Bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle
- verwenden (12 g Kohlenhydrate pro Tagesportion). • Orthomol Vital f enthält 165 µg Biotin pro Tagesportion. Wenn bei Ihnen ein Labortest (Immunassay) durchgeführt wird, informieren Sie bitte das ärztliche Personal bzw. das Laborpersonal über die Einnahme von Orthomol Vital f, da Biotin
- solche Tests beeinflussen kann. • Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten
- werden. • Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche
- und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

- Gibt es weitere nützliche Hinweise? • Bedingt durch den Gehalt an Riboflavin (Vitamin B2) kann es zur Gelbfärbung des
- Urins kommen. Das Produkt enthält unter anderem stark färbendes Beta-Carotin. Eventuell auf-
- tretende Flecken, z. B. auf Kleidungsstücken, sind schlecht zu entfernen. • Im Einzelfall kann es zu leichtem Aufstoßen, bedingt durch das in der Kapsel enthaltene Fischöl (Omega-3-Fettsäuren), kommen. Um das Aufstoßen zu vermei-

den, können Sie die Kapsel vor dem Schlafengehen einnehmen.

Wie lagere ich Orthomol Vital f? Bewahren Sie Orthomol Vital f in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapsel bevorzugt kühl und trocken auf.

- In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Vital f erhältlich? Granulat/Tablette/Kapsel
 - Das Granulat gibt es in zwei Geschmacksrichtungen: Orange und Grapefruit
- Tabletten/Kapseln Trinkfläschchen/Kapsel

Wo erhalte ich weitere Informationen? Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

Herzlichst Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH

Herzogstraße 30 40764 Langenfeld Telefon 02173 9059-0 info@orthomol.de www.orthomol.de



orthomol vital f



Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 15 g Granulat plus 1 Tablette und 1 Kapsel (1,2 g)

| | pro Tagesportion | % RM** |
|--|--------------------|--------|
| Vitamine | | |
| Vitamin A, davon | 1.117 µg RE° | 140 |
| aus Beta-Carotin | 667 μg RE° | |
| Vitamin D | 15 μg (600 I.E.°°) | 300 |
| Vitamin E | 150 mg alpha-TE°°° | 1.250 |
| (enthält u.a. Alpha- und Gamma-Tocopherol) | | |
| Vitamin K | 60 µg | 80 |
| Vitamin C | 530 mg | 663 |
| Thiamin (Vitamin B ₁) | 25 mg | 2.273 |
| Riboflavin (Vitamin B ₂) | 25 mg | 1.786 |
| Niacin | 60 mg NE* | 375 |
| Vitamin B ₆ | 8,5 mg | 607 |
| Folsäure | 400 µg | 200 |
| Vitamin B ₁₂ | 450 µg | 18.000 |
| Biotin | 165 µg | 330 |
| Pantothensäure | 30 mg | 500 |
| | · · | |
| Mineralstoffe | | |
| Calcium | 160 mg | 20 |
| Magnesium | 150 mg | 40 |
| Eisen | 8 mg | 57 |
| Zink | 10 mg | 100 |
| Kupfer | 0,5 mg | 50 |
| Mangan | 2 mg | 100 |
| Selen | 50 μg | 91 |
| Chrom | 30 µg | 75 |
| Molybdän | 60 µg | 120 |
| Jod | 150 µg | 100 |
| Constinu Chaffe | | |
| Sonstige Stoffe | F | *** |
| Citrus-Bioflavonoide | 5 mg | *** |
| Lutein | 800 µg | *** |
| Lycopin | 200 µg | *** |
| Omega-3-Fettsäuren, davon | 300 mg | *** |
| Eicosapentaensäure (EPA) | 150 mg | *** |
| Docosahexaensäure (DHA) | 100 mg | |
| | | |

Dextrose, Maltodextrin, Saccharose, Säuerungsmittel Citronensäure, Calciumlactat, Magnesiumsalze der Zitronensäure, **Fisch**öl, Calciumgluconat, Natri-um-L-ascorbat, DL-alpha-Tocopherylacetat, Magnesiumcarbonat, Stabilisator Gummi arabicum, L-Ascorbinsäure, Gelatine (aus Rind), Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Säuerungsmittel Äpfelsäure, Zinkgluconat, Feuchthaltemittel Glycerin, Aroma, Eisengluconat, Nicotinamid, Calciumcarbonat, Calcium-D-pantothenat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Süßungsmittel Acesulfam K, Pyridoxinhydrochlorid, Bioflavonoid-haltiger Citrusfrucht-Extrakt (aus Citrus sp.), Emulgator Lecithine, gemischte Tocopherole, Trennmittel Siliciumdioxid, Mangansulfat, Süßungsmittel Sucralose, Überzugmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Beta-Carotin, Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte, Trennmittel Magnesium-Salze der Speisefettsäuren, Kupfersulfat, Farbstoff Eisenoxide, Lutein-haltiger Tagetes erecta-Extrakt, Retinylacetat, Cyanocobalamin, Pteroylmonoglutaminsäure, Kaliumiodid, Lycopin (aus Solanum lycopersicum), D-Biotin, Chrom(III)chlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat, Phyllochinon, Cholecalciferol

- RE = Retinoläquivalente
- I.E. = Internationale Einheiten
- alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente
- NE = Niacinäquivalente RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011
- keine Referenzmenge vorhanden

Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.