

CALCIVITASE®

mit Calcium als Beitrag für den Erhalt
gesunder Knochen



mit Calcium, Inulin
und den Vitaminen D3 und K

wir
forschen





Calcium – das Knochenmineral

Calcium ist eines der wichtigsten mineralischen Bestandteile des Knochens. Steht dem Körper nicht ausreichend Calcium zur Verfügung, kann er keine Knochensubstanz aufbauen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene eine Calciumzufuhr von 1.000 Milligramm täglich. Gute Calciumlieferanten sind zum Beispiel Milch und Milchprodukte, Brokkoli und anderes grünes Gemüse, Nüsse und calciumreiche Mineralwässer. Als „Calciumräuber“ gelten dagegen Phosphate, die in vielen Fertiggerichten, Wurst und Cola-Getränken enthalten sind.

Gute Calciumlieferanten sind
Milch und Milchprodukte, Brokkoli und
andere grüne Gemüse, sowie
Nüsse und calciumreiche Mineralwässer

Vitamin D₃ – das Sonnenvitamin

Vitamin D₃ ist die Vorstufe des Hormons Calcitriol. Das braucht der Organismus, um Calcium aus dem Darm aufzunehmen und in den Knochen einzubauen. Auch für die Muskelfunktion, die Koordination und viele Regulierungsvorgänge im Körper ist es wichtig. Ein niedriger Vitamin-D₃-Spiegel kann auf Dauer nicht nur zu einer geringeren Knochendichte führen, sondern auch die Sturzneigung und damit das Risiko eines Knochenbruchs erhöhen.

Ein niedriger Vitamin-D₃-Spiegel kann
die Sturzneigung und damit
das Risiko eines Knochenbruchs erhöhen

Den größten Teil seines Vitamin-D₃-Bedarfs stellt der Körper aus einer Vorstufe in der Haut selbst her – vorausgesetzt, er hat dazu genügend Sonnenlicht. Mit zunehmendem Alter lässt die Vitamin-D₃-Produktion der Haut allerdings nach. Zudem verbringen gerade ältere Menschen oft zu wenig Zeit an der frischen Luft. Experten schätzen, dass etwa die Hälfte der Bevölkerung in Mitteleuropa an einem Vitamin-D₃-Mangel leidet, in den Wintermonaten sogar bis zu 80 Prozent. Besonders wichtig ist eine gute Vitamin-D₃-Versorgung in der Schwangerschaft und Stillzeit, um die Knochengesundheit von Mutter und Kind zu verbessern.

Vitamin K – zu Unrecht ein Außenseiter

Die wenigsten Menschen kennen Vitamin K und wissen, wie wichtig es für ihren Körper tatsächlich ist. Eine seiner Hauptaufgaben ist die Regulation der Blutgerinnung. Daneben sorgt Vitamin K – zusammen mit Calcium und Vitamin D₃ – aber auch für einen gesunden Knochenaufbau. Das fettlösliche Vitamin K kommt vor allem in Kohl und anderem grünen Gemüse vor.

Inulin – ein Ballaststoff

Inulin ist ein löslicher Ballaststoff, der in zahlreichen Gemüse- und Obstsorten (zum Beispiel Zwiebelgewächse, Artischocken, Topinambur, Schwarzwurzel, Spargel, Weizen, Hafer, Banane, Zichorie) enthalten ist und daher schon immer Bestandteil unserer Ernährung war. Inulin wird von Verdauungsenzymen nicht gespalten und gelangt intakt in den Dickdarm. Erst dort wird Inulin von den Darmbakterien verarbeitet.

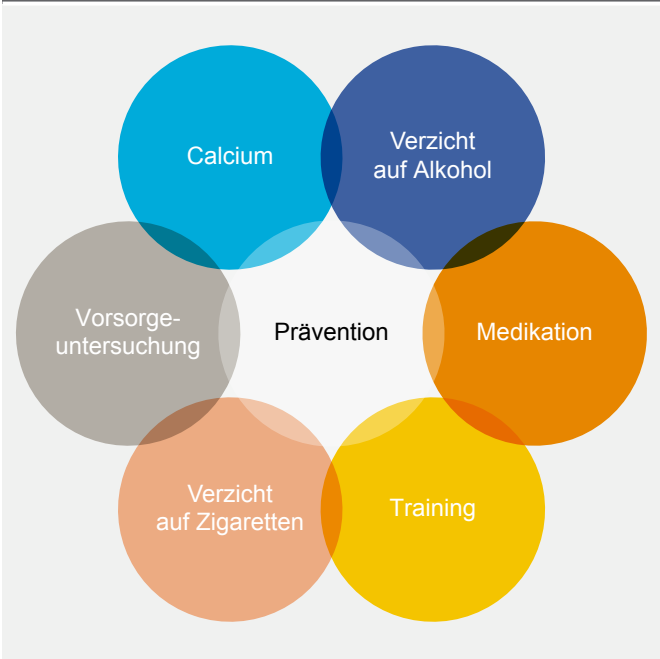
Was ist Osteoporose?

Während des ganzen Lebens finden im Knochengewebe Umbauvorgänge statt. Etwa bis zum 30. Lebensjahr baut der Körper mehr Knochen-Substanz auf als ab. Mit zunehmendem Alter überwiegen dann immer mehr die Abbauprozesse. Ein Verlust von 0,5 bis einem Prozent jährlich gilt als normal. Von Osteoporose spricht der Arzt erst, wenn die Knochendichte deutlich unter das normale Maß sinkt. Die Folge ist eine erhöhte Neigung zu Knochenbrüchen. Oft treten diese schon durch ganz alltägliche Belastungen auf, etwa beim Heben einer schweren Einkaufstasche, einem Hustenstoß oder durch das Abstützen mit der Hand nach einem Stolpern. Typische Bruchstellen sind zum Beispiel Wirbelkörper, die Hüfte, der Unterarm oder der Oberschenkelhals.

Von Osteoporose spricht der Arzt erst,
wenn die Knochendichte
deutlich unter das normale Maß sinkt

Ein Mangel an weiblichen Geschlechtshormonen begünstigt Osteoporose. Deshalb sind Frauen nach den Wechseljahren besonders häufig betroffen. Nikotin, übermäßiger Alkoholkonsum, Bewegungsmangel, Untergewicht und calciumarme Ernährung schwächen ebenfalls die Knochen.

Osteoporose-Prävention



Auch einige Erkrankungen hemmen den Knochenaufbau und können eine sekundäre Osteoporose zur Folge haben. Dazu gehören etwa Niereninsuffizienz, Entzündungen der Bauchspeicheldrüse oder des Darms (Morbus Crohn, Colitis ulcerosa), Überfunktion der Nebenschilddrüsen (Hyperparathyreoidismus), Typ-1-Diabetes und Magersucht. Gleiches gilt für manche Medikamente: So erhöhen beispielsweise Kortisonpräparate und manche Psychopharmaka bei einer Langzeitbehandlung das Osteoporoserisiko.

Mit Calcium, Vitamin D3 und Bewegung für gesunde Knochen

Körperliche Bewegung stärkt nicht nur die Muskeln, sondern aktiviert auch den Knochenstoffwechsel. Als besonders effektiv für den Knochen hat sich regelmäßiges Kraft- und Sprungtraining erwiesen – natürlich angepasst an die individuellen körperlichen Voraussetzungen. Ausdauersportarten wie Schwimmen oder Radfahren wirken sich zwar nicht direkt auf die Knochenstärke aus, fördern aber den Stoffwechsel, das Wohlbefinden und die Beweglichkeit.

Körperliche Bewegung stärkt nicht nur die Muskeln, sondern aktiviert auch den Knochenstoffwechsel

Das mit der Nahrung aufgenommene Calcium kann nur in die Knochen eingebaut werden, wenn man sich ausreichend bewegt und genügend Vitamin D3 vorhanden ist. Eine gute Versorgung mit Calcium sowie regelmäßiges sportliches Training sind deshalb die beste Vorbeugung gegen Osteoporose, weil sie helfen, den Knochenabbau zu bremsen.



CALCIVITASE® fördert den Erhalt gesunder Knochen

Calcium trägt bei

- zu einem geringeren Rückgang der Knochenmineralisation bei Frauen nach den Wechseljahren. Eine niedrige Knochenmineraldichte ist ein Risikofaktor für durch Osteoporose bedingte Knochenbrüche. Dies gilt insbesondere für Frauen ab 50 Jahren. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Einnahme von mindestens 1.200 mg Calcium aus allen Quellen ein
- zu einem normalen Ablauf der Blutgerinnung, des Energiestoffwechsels, der Muskelfunktion, der Signalübertragung zwischen den Nervenzellen und zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen
- zur normalen Zellteilung und -spezialisierung
- zum Erhalt von Knochen und Zähnen

Vitamin D₃ trägt bei

- zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor
- zu einem adäquaten Calciumspiegel im Blut
- zum Erhalt von Knochen, Muskelfunktion und Zähnen
- zur Unterstützung der Immunabwehr und Zellteilung

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt in CALCIVITASE®

Nährstoff	pro Tablette	pro Tagesverzehrmenge (3 Tabletten)
Calcium	250 mg (31 %)*	750 mg (94 %)*
Vitamin D ₃	80 I.E. / 2,0 µg (40 %)*	240 I.E. / 6,0 µg (120 %)*
Vitamin K	20 µg (27 %)*	60 µg (80 %)*
Inulin	100 mg	300 mg

* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte (nutrient reference values – NRV)

Vitamin K trägt bei

- zum Erhalt der Knochen
- zu einer normalen Blutgerinnung

Eine abwechslungsreiche
und ausgewogene Ernährung und eine
gesunde Lebensweise sind wichtig



CALCIVITASE®, 100 Tabletten

Zutaten: Calciumcarbonat; Inulin; Rapsöl, gehärtet; Maisstärke; Füllstoff (vernetzte Natriumcarboxymethylcellulose); Überzugmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Vitamin D₃ (Colecalciferol); Vitamin K (Phylloquinon)

Verzehrempfehlung

Erwachsene nehmen dreimal täglich eine Tablette CALCIVITASE® zu den Mahlzeiten mit genügend Flüssigkeit ein. Wie Studien belegen, ist eine langfristig ausreichende Calcium- und Vitamin-D₃-Zufuhr vor allem für Frauen ab 50 Jahren sinnvoll, um die Knochengesundheit zu erhalten.

CALCIVITASE® ist besonders gut verträglich:

- ohne Gluten, Laktose, Hefe und Gelatine
- für eine vegane Ernährung geeignet

CALCIVITASE® auf einen Blick

- glutenfrei
- lactosefrei
- ohne Hefe und Gelatine
- vegan

Weitere Informationen

Weitere Informationen finden Sie auf unseren Websites: www.biosyn.de / www.biosyn.at und unter feierabend.de.

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Haben Sie konkrete Fragen zum Thema, bitte rufen Sie uns an unter
Tel.: +49 (0) 711 575 32-00

Sind Sie an unserem Online-Newsletter interessiert? Senden Sie einfach eine E-mail mit dem Kennwort „immuNews“ an information@biosyn.de

© biosyn 2019

Bildnachweis

Umschlag (2 ×), Seite 9: © Tom Merton/istockphoto

Seite 2: © peepo/istockphoto

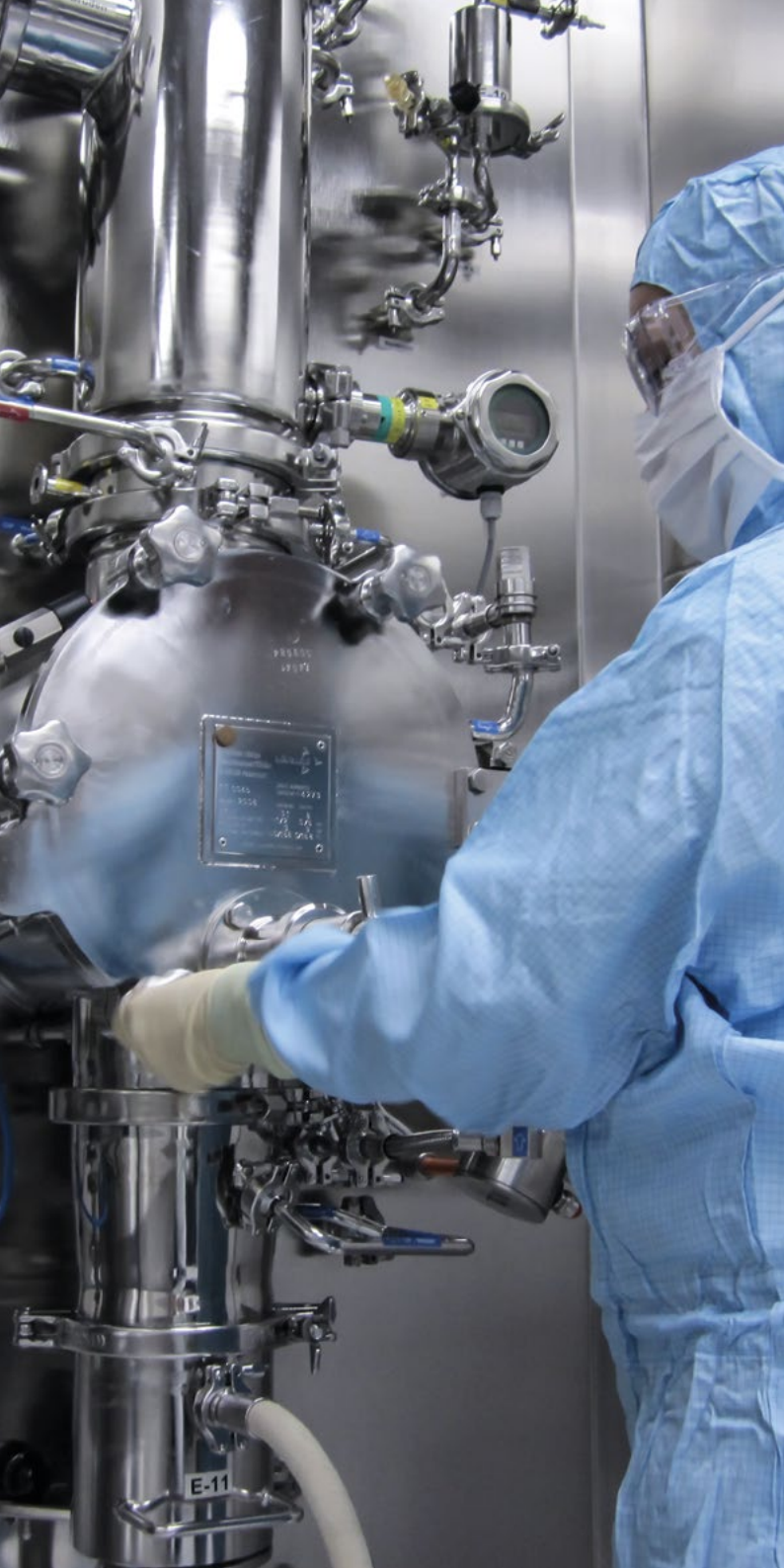
Seite 15: © biosyn Arzneimittel GmbH

Die biosyn Arzneimittel GmbH

Weltmarktführer bei hochdosierten Selen-Injektionen

Die biosyn Arzneimittel GmbH ist ein Pharma- und Biotech-Unternehmen mit Sitz in Fellbach. Es ist spezialisiert auf Spurenelemente, Weltmarktführer bei hochdosierten Selen-Injektionen, Entwickler und Betreiber von zwei weltweit einmaligen GMP-Wirkstoff-Fertigungen und außerdem im Biotech-Bereich aktiv mit einem Glykoprotein, isoliert aus der *Megathura crenulata*, einer in Kalifornien vorkommenden Meeres- schnecke. 70 Prozent des Umsatzes werden außerhalb von Deutschland erzielt – in 26 Ländern rund um die Welt.

Aktiv in den Bereichen Intensivmedizin, Onkologie und Endokrinologie ist die biosyn mit ihren Produkten ein Partner für Kliniken und niedergelassene Ärzte, ebenso wie für Ärzte für Naturheilkunde und Heilpraktiker. Forschung und Entwicklung gehören gleichfalls zu den Aufgabengebieten der Mitarbeiter wie die Aufarbeitung der aktuellen medizinisch-wissenschaftlichen Literatur und modernes Online-Marketing. Das mittelständische Familienunternehmen legt Wert auf eine offene, engagierte und kundenorientierte Unternehmenskultur.



15 0545
15 0546
15 0547
15 0548
15 0549
15 0550
15 0551
15 0552
15 0553
15 0554
15 0555
15 0556
15 0557
15 0558
15 0559
15 0560
15 0561
15 0562
15 0563
15 0564
15 0565
15 0566
15 0567
15 0568
15 0569
15 0570
15 0571
15 0572
15 0573
15 0574
15 0575
15 0576
15 0577
15 0578
15 0579
15 0580
15 0581
15 0582
15 0583
15 0584
15 0585
15 0586
15 0587
15 0588
15 0589
15 0590
15 0591
15 0592
15 0593
15 0594
15 0595
15 0596
15 0597
15 0598
15 0599
15 0600
15 0601
15 0602
15 0603
15 0604
15 0605
15 0606
15 0607
15 0608
15 0609
15 0610
15 0611
15 0612
15 0613
15 0614
15 0615
15 0616
15 0617
15 0618
15 0619
15 0620
15 0621
15 0622
15 0623
15 0624
15 0625
15 0626
15 0627
15 0628
15 0629
15 0630
15 0631
15 0632
15 0633
15 0634
15 0635
15 0636
15 0637
15 0638
15 0639
15 0640
15 0641
15 0642
15 0643
15 0644
15 0645
15 0646
15 0647
15 0648
15 0649
15 0650
15 0651
15 0652
15 0653
15 0654
15 0655
15 0656
15 0657
15 0658
15 0659
15 0660
15 0661
15 0662
15 0663
15 0664
15 0665
15 0666
15 0667
15 0668
15 0669
15 0670
15 0671
15 0672
15 0673
15 0674
15 0675
15 0676
15 0677
15 0678
15 0679
15 0680
15 0681
15 0682
15 0683
15 0684
15 0685
15 0686
15 0687
15 0688
15 0689
15 0690
15 0691
15 0692
15 0693
15 0694
15 0695
15 0696
15 0697
15 0698
15 0699
15 0700
15 0701
15 0702
15 0703
15 0704
15 0705
15 0706
15 0707
15 0708
15 0709
15 0710
15 0711
15 0712
15 0713
15 0714
15 0715
15 0716
15 0717
15 0718
15 0719
15 0720
15 0721
15 0722
15 0723
15 0724
15 0725
15 0726
15 0727
15 0728
15 0729
15 0730
15 0731
15 0732
15 0733
15 0734
15 0735
15 0736
15 0737
15 0738
15 0739
15 0740
15 0741
15 0742
15 0743
15 0744
15 0745
15 0746
15 0747
15 0748
15 0749
15 0750
15 0751
15 0752
15 0753
15 0754
15 0755
15 0756
15 0757
15 0758
15 0759
15 0760
15 0761
15 0762
15 0763
15 0764
15 0765
15 0766
15 0767
15 0768
15 0769
15 0770
15 0771
15 0772
15 0773
15 0774
15 0775
15 0776
15 0777
15 0778
15 0779
15 0780
15 0781
15 0782
15 0783
15 0784
15 0785
15 0786
15 0787
15 0788
15 0789
15 0790
15 0791
15 0792
15 0793
15 0794
15 0795
15 0796
15 0797
15 0798
15 0799
15 0800
15 0801
15 0802
15 0803
15 0804
15 0805
15 0806
15 0807
15 0808
15 0809
15 0810
15 0811
15 0812
15 0813
15 0814
15 0815
15 0816
15 0817
15 0818
15 0819
15 0820
15 0821
15 0822
15 0823
15 0824
15 0825
15 0826
15 0827
15 0828
15 0829
15 0830
15 0831
15 0832
15 0833
15 0834
15 0835
15 0836
15 0837
15 0838
15 0839
15 0840
15 0841
15 0842
15 0843
15 0844
15 0845
15 0846
15 0847
15 0848
15 0849
15 0850
15 0851
15 0852
15 0853
15 0854
15 0855
15 0856
15 0857
15 0858
15 0859
15 0860
15 0861
15 0862
15 0863
15 0864
15 0865
15 0866
15 0867
15 0868
15 0869
15 0870
15 0871
15 0872
15 0873
15 0874
15 0875
15 0876
15 0877
15 0878
15 0879
15 0880
15 0881
15 0882
15 0883
15 0884
15 0885
15 0886
15 0887
15 0888
15 0889
15 0890
15 0891
15 0892
15 0893
15 0894
15 0895
15 0896
15 0897
15 0898
15 0899
15 0900
15 0901
15 0902
15 0903
15 0904
15 0905
15 0906
15 0907
15 0908
15 0909
15 0910
15 0911
15 0912
15 0913
15 0914
15 0915
15 0916
15 0917
15 0918
15 0919
15 0920
15 0921
15 0922
15 0923
15 0924
15 0925
15 0926
15 0927
15 0928
15 0929
15 0930
15 0931
15 0932
15 0933
15 0934
15 0935
15 0936
15 0937
15 0938
15 0939
15 0940
15 0941
15 0942
15 0943
15 0944
15 0945
15 0946
15 0947
15 0948
15 0949
15 0950
15 0951
15 0952
15 0953
15 0954
15 0955
15 0956
15 0957
15 0958
15 0959
15 0960
15 0961
15 0962
15 0963
15 0964
15 0965
15 0966
15 0967
15 0968
15 0969
15 0970
15 0971
15 0972
15 0973
15 0974
15 0975
15 0976
15 0977
15 0978
15 0979
15 0980
15 0981
15 0982
15 0983
15 0984
15 0985
15 0986
15 0987
15 0988
15 0989
15 0990
15 0991
15 0992
15 0993
15 0994
15 0995
15 0996
15 0997
15 0998
15 0999
15 1000

E-11

CALCIVITASE®

mit Calcium als Beitrag für den Erhalt
gesunder Knochen

01 D01 709/C · Laien · 02/19



biosyn Arzneimittel GmbH
Schorndorfer Straße 32
70734 Fellbach, Deutschland

information@biosyn.de

www.biosyn.de

www.biosyn.at

Weitere Informationen über uns auf unserer
[facebook](#)-Seite und auf unserem [YouTube](#)-Kanal

Geschäftsführer:
Dr. Thomas Stiefel & Ortwin Kottwitz
Handelsregister:
Amtsgericht Stuttgart HRB 262712
Erfüllungsort:
Fellbach, Gerichtsstand Stuttgart

wir
forschen

