

Nehmen Sie ausreichend
Vitamin C
zu sich?

**Magen-
freundlich und
pH-neutral**



Gratis Hotline:

0800 112 25 25

Für Ihr Immunsystem

Warum benötigen wir Vitamin C?

Eines der wichtigsten Vitamine für uns Menschen ist Vitamin C (Ascorbinsäure). Im Gegensatz zu den meisten Tieren können wir dieses Vitamin nicht selbst im Körper produzieren, sondern müssen es zu uns nehmen – entweder über Lebensmittel oder als Zusatz in Form von Tabletten.

Vitamin C erfüllt im Körper zahlreiche wichtige Funktionen. Da es wasserlöslich ist und relativ schnell wieder ausgeschieden wird, ist es besonders wichtig, dass wir regelmäßig für Nachschub sorgen. Wir benötigen Vitamin C, da dieses:

- **Zur normalen Funktion des Immunsystems beiträgt**
- **Zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung beiträgt**
- **Zur normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut, Knochen und Knorpel sowie des Zahnfleisches beiträgt**
- **Den normalen Energiestoffwechsel in der Zelle unterstützt**
- **Dazu beiträgt die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen**
- **Die normale psychische Funktion unterstützt**

Außerdem haben Raucher einen höheren Vitamin C-Bedarf als Nichtraucher



Müdigkeit und Energiemangel

Wenn man sich müde und erschöpft fühlt, ist die häufigste Lösung, schwarzer Kaffee. Aber vielleicht sollten Sie in Erwägung ziehen, dass dieser Energiemangel einem Mangel an Vitamin C geschuldet ist. Ein Anzeichen für den Mangel an Vitamin C sind nämlich genau Müdigkeit und Erschöpfung.



Gesundes Zahnfleisch

Manchmal ist es schwierig, sein Zahnfleisch in Topform zu erhalten, besonders, wenn wir zu wenig Schlaf bekommen. Das heißt nicht notwendigerweise, dass etwas nicht stimmt. Vielleicht ist das nur ein Anzeichen dafür, dass Sie nicht genügend Vitamin C zu sich nehmen. Vitamin C ist eben wichtig für die Bildung von Kollagen – und das sorgt unter anderem für gesundes Zahnfleisch.

Immunsystem

Vitamin C trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Wenn Ihr Immunsystem richtig funktioniert, sind Sie besser in der Lage Erkältungen und Infektionen abzuwehren.

Entzündungen

Wenn Sie unter einer Entzündung leiden, benötigen Sie mehr Vitamin C als normal. Daher ist eine gesunde

Ernährung mit vielen Vitamin C-Quellen besonders wichtig – und wenn Sie ganz sicher sein möchten, können Sie zusätzliches Vitamin C zu sich nehmen.

Stress ist nicht gleich Stress

In der Regel verstehen wir unter Stress zu lange Arbeitstage, zu viel zu tun. Stress kann aber auch dann entstehen, wenn unser Körper zu viele freie Radikale bildet, die uns angreifen und unser Gewebe „stressen“. Vitamin C hilft dabei, dass sich unser Körper gegen diesen oxidativen Stress und dessen schädliche Wirkung auf gesunde Zellen zur Wehr setzt. Oxidativer Stress tritt demnach auf, wenn das körpereigene Abwehrsystem nicht mehr in der Lage ist, die Anzahl schädlicher freier Radikale zu verarbeiten. Von Bedeutung sind hierbei vor allem die natürlichen Abwehrstoffe in Form von Antioxidantien (z.B. auch Vitamin C).



Gute Laune und Wohlbefinden

Spricht man von „normalen psychologischen Funktionen“, meint man in erster Linie gute Laune, positive Gedanken und hohe Konzentration sowie ein gutes Erinnerungs- und Lernvermögen. Auch hier ist Vitamin C ein helfender Faktor. Das liegt daran, dass sich im Gehirn eine 10-mal höhere Vitamin C-Konzentration als im Blut befindet.



Was ist Kollagen?

Kollagen ist ein Protein, das hauptsächlich im Bindegewebe vorkommt. In unserem Körper finden wir Bindegewebe unter anderem in der Haut, im Zahnfleisch, in den Knochen, Sehnen und Zähnen. Das Bindegewebe hält die Zellen zusammen und verleiht dem Gewebe Stabilität, Elastizität und Kraft. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung bei.



Bio-Vitamin C

– Ascorbinsäure als Nahrungsergänzungsmittel

Das Präparat enthält 750 mg Vitamin C (Ascorbinsäure) je Tablette – zur Vorbeugung und Behandlung von Vitamin C-Mangel.



Magenfreundlich und pH-neutral

Da Vitamin C eine Säure ist, kann dies bei einer hohen Dosierung über einen längeren Zeitraum in einigen Fällen zu Irritationen der Magenschleimhaut führen. Dies können Sie vermeiden, wenn Sie Bio-Vitamin C einnehmen, da dieses Präparat eine säureneutrale und schonende Form von Vitamin C enthält. Diese heißt Calciumascorbat.

Sie können Bio-Vitamin C einnehmen, wenn Sie:

- Sich in einem Zustand oxidativen Stresses befinden (z. B. bei Verletzungen, Verbrennungen oder Entzündungen)
- Sich müde und schlapp fühlen
- Sie Ihre Abwehrstoffe unterstützen möchten
- Raucher sind (Raucher benötigen mehr Vitamin C als Nichtraucher)



Empfohlene Tagesdosis:

Täglich 1 Tablette zu einer beliebigen Mahlzeit mit ausreichend Wasser einnehmen.

PZN 11479276

Bio-Vitamin C

Inhalt 60 Tabletten

1 Tablette enthält:

750 mg Vitamin C (Calciumascorbat)

In Apotheken erhältlich!



Qualitätsprodukte von
Pharma Nord
...die mit dem goldenen Mörser

Schiffbrückstraße 6, 24937 Flensburg

• Tel: 0461 14140-0

info@pharmanord.de • www.pharmanord.de