VITAMIN D3 HEVERT 4000 IE

Nahrungsergänzungsmittel mit hochdosiertem Vitamin D3

Mit Vitamin D3 Hevert 4000 IE haben Sie ein hochdosiertes Vitamin D-Präparat 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 weitgehend 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 D auch über die Nahrung aufgenommen werden. Nur wenige Lebensmittel enthalten Vitamin D in bedeutenden Mengen wie fettreiche Fische (zum Beispiel Hering und Makrele). In deutlich geringeren Mengen ist Vitamin D 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
- Personen, die wenig mit Sonnenlicht in Kontakt kommen
- Menschen mit verminderter Verwertung der UVB-Strahlung durch dunkle Hautfarbe
- 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 den Höchstwert für die tägliche Vitamin D-Zufuhr für Erwachsene auf 4000 IE festgelegt. Diese Höchstmenge sollte nicht überschritten werden und bezieht sich auf die gesamte Vitamin D-Zufuhr aus Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln und Arzneimitteln.

Fortsetzung nächste Seite



558/2611

Hevert-Arzneimittel spendet jedes Jahr an die wohltätige Hevert-Foundation, welche sich für Gesundheit von Mensch und Natur einsetzt. www.hevert-foundation.org

HEVERT ARZNEIMITTEL

Hier falten!

Verzehrsempfehlung

Erwachsene: Eine halbe Tablette pro Tag oder 1 Tablette jeden zweiten Tag.

Erwachsene mit erhöhtem Vitamin D-Bedarf: 1 Tablette pro Tag.

Ältere Menschen: 1 Tablette pro Tag.

Die Tablette mit etwas Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen.

Wenn Sie glauben, dass Sie einen erhöhten Bedarf haben, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt, bevor Sie täglich 1 Tablette einnehmen.

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

Parallel keine anderen Nahrungsergänzungsmittel oder Arzneimittel einnehmen, die Vitamin D enthalten.

Menschen mit Nierenproblemen, erhöhten Calciumspiegeln (Blut oder Urin) oder Neigung zur Bildung von Nierensteinen sollten vor der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln mit Vitamin D ihren Arzt befragen.

1 Tablette enthält 100 µg Vitamin D3, entsprechend 4000 IE*. Dies entspricht 2000 % der empfohlenen Tageszufuhr gemäß Lebensmittelinformationsverordnung.

*1 IE = 0,025 µg Vitamin D
1 µg = 40 Internationale Einheiten (IE)

Zutaten

Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Trennmittel Siliciumdioxid, Füllstoff vernetzte Natrium-Carboxymethylcellulose, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Verdickungsmittel Natrium-Carboxymethylcellulose, Cholecalciferol.

Vegetarisch, laktosefrei, glutenfrei, ohne Farb- und Konservierungsstoffe, ohne Gelatine.

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**

Hevert-Arzneimittel
GmbH & Co. KG
In der Weiherwiese 1
55569 Nussbaum / GERMANY
www.hevert.de
info@hevert.de

Mehr erfahren

Stand der Information: Juni 2025

AUCH INTERESSANT FÜR SIE



EISEN + C HEVERT PFLANZLICH

- Eisen aus Curryblatt
- Vitamin C aus Camu Camu und Acerola fördert die Eisenaufnahme
- Gut verträglich

Mehr erfahren

60 Kapseln
PZN 18307242



VITAMIN B COMPLETE HEVERT ALL-IN-ONE

- Alle 8 B-Vitamine + 4 bioaktive Vitaminoide
- Kombiniert in nur 1 Kapsel täglich

Mehr erfahren

60 Kapseln
PZN 19214749

120 Kapseln
PZN 19214755



VITAMIN K2 HEVERT 100 µg

- Für Knochen und Blutgerinnung
- Vitamin K2 als MK-7 all-trans für beste biologische Aktivität

Mehr erfahren

60 Kapseln
PZN 12870284

120 Kapseln
PZN 20167972

Fotos: AdobeStock, Hevert-Arzneimittel

Entdecken Sie die Produktvielfalt und das nachhaltige Familienunternehmen Hevert unter
www.hevert.de

HEVERT ARZNEIMITTEL