

Zutaten

MCT-Öl (mittelkettige Triglyceride aus Kokosöl), Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte (Vitamin E natürlichen Ursprungs), Vitamin K₂ (Menachinon als all-trans MK-7).

Das in Dr. Jacob's Vitamin K₂ Öl verwendete Vitamin K₂ Menachinon-7 (MK-7) wird in Europa in Arzneibuchqualität hergestellt. Die verwendeten rein pflanzlichen Ausgangsstoffe sind Geraniol und Farnesol. Bei der organischen Synthese wird ausschließlich die biologisch aktive trans-Form von MK-7 gebildet (all-trans MK-7). Das enthaltene Vitamin K₂ ist daher besonders rein und wirksam*.

¹Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei und unterstützt eine normale Blutgerinnung.

Dr. Jacob's Vitamin K₂ Öl wird in Deutschland hergestellt. Herkunftsort aller Zutaten ist die EU.

Verzehrempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren: bis zu 9 Tropfen täglich einnehmen; Kinder und Jugendliche von 10 bis 14 Jahren: bis zu 2 Tropfen täglich; Kinder ab 1 Jahr bis 9 Jahre: 1 Tropfen täglich; Säuglinge: jeden 2. Tag 1 Tropfen
Die Einnahme kann zu jeder Tageszeit und unabhängig von den Mahlzeiten erfolgen. Wir empfehlen die Einnahme auf einem Löffel.

Pflichthinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Sichere Dosierung von Vitamin K

Eine Überversorgung mit Vitamin K sowie mögliche Nebenwirkungen wurden bei gesunden Personen nicht beobachtet.

Kontraindikation

Bei Einnahme von Blutgerinnungshemmern vom Cumarin-Typ (Vitamin-K-Antagonisten) muss die Einnahme von Vitamin K ärztlich abgestimmt werden, da Vitamin K in Form von Nahrungsergänzungsmitteln die Wirkung der Gerinnungshemmer beeinflussen kann.

Nährwerte

Durchschnittswerte pro:	1 Tropfen	9 Tropfen*
Vitamin K ₂	20 µg (27 %**)	180 µg (240 %**)

*Tagesdosis; **Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen (NRV = Nutrient Reference Values)

Zufuhrempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE)

Alter	Vitamin-K-Zufuhrempfehlung pro Tag
Säuglinge (0–12 Monate)	0–3 Monate: 4 µg / 4–12 Monate: 10 µg
Kinder und Jugendliche (1–14 Jahre)	1–3 Jahre: 15 µg / 4–6 Jahre: 20 µg / 7–9 Jahre: 30 µg / 10–12 Jahre: 40 µg / 13–14 Jahre: 50 µg
Jugendliche ab 15 Jahren, Erwachsene	60–80 µg
Schwangere und Stillende	60 µg

Ernährung und die Vitamin-K₂-Versorgung

Die Aufnahme von Vitamin K₂ aus Lebensmitteln ist in Deutschland gering. Natürlicherweise kommt Vitamin K₂ MK-7 in außergewöhnlich hohen Konzentrationen in Natto vor, einer vorwiegend in Japan verzehrten Spezialität aus fermentierten Sojabohnen. Leider reduzieren der intensive Geruch und Geschmack von Natto die Attraktivität für die westliche Welt.

Dr. Jacob's Vitamin K₂ Öl enthält Vitamin K₂ als langkettiges Menachinon-7 (all-trans MK-7). Dieses ist im Vergleich zu anderen Vitamin-K₂-Formen und zu Vitamin K₁ besonders gut bioverfügbar und wird vom Körper optimal aufgenommen. Es weist zudem mit einer Halbwertszeit von ca. 3 Tagen eine deutlich längere Wirkdauer¹ auf als Vitamin K₁ (1–2 Stunden).

Die idealen Partner von Vitamin K

Nicht nur Vitamin K₂ trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei, sondern auch **Vitamin D₃**. Beide wirken synergistisch und werden am besten kombiniert aufgenommen (wie in **Dr. Jacob's Vitamin D₃K₂ Öl**). Der **Calcium**-Stoffwechsel steht in engem Wechselspiel mit Magnesium und Kalium. **Magnesium** unterstützt die Erhaltung normaler Knochen und die normale Funktion von Nerven und Muskeln. **Kalium** trägt zur normalen Funktion von Muskeln und Nervensystem sowie zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei. Deshalb ist die Kombination der Vitamine D₃ und K₂ mit den richtigen Mineralstoffen, wie sie in **Dr. Jacob's Basenpulver** enthalten sind, sinnvoll.

Mehr Informationen und weitere Dr. Jacob's Vitamin Öle in verschiedenen Kombinationen und Dosierungen für den individuellen Bedarf (Vitamin K₂ Öl *forte*, Vitamin D₃ Öl (*forte*), Vitamin D₃K₂ Öl (*forte*), Vitamin K₂D₃ Öl, Vitamin DEKA Öl) finden Sie hier: www.vitaminD3k2.de

Haltbarkeit und Lagerung

Kühl (6 bis max. 25 °C) und lichtgeschützt lagern.

Erhältlich in Apotheken über die Bestellnummer: (D) PZN 11648046, (A) PHZNR 4406874
Dr. Jacob's Medical GmbH, Platter Straße 92, D-65232 Taunusstein, Tel. 06128 9717-0, Fax 06128 9717-350
E-Mail: info@drjacobs.de

Ihre Meinung ist uns wichtig: MeineMeinung@drjacobs.de

Stand: August 2025

Genießen Sie eine gesunde Lebensweise!

Zur Erhaltung Ihrer Gesundheit können Sie selbst viel beitragen. Wir möchten Sie dabei unterstützen!

Dr. Jacob's Wissen und Ratgeber

Dr. Jacob's Gesundheits-Check – Wie gesund leben Sie?

- + Der umfassende Gesundheitstest berücksichtigt u.a. Ernährung, Bewegung, Schlaf, Stress, Psyche und mehr
- + Individuell auf Sie zugeschnittene Empfehlungen (Ernährung, Lebensstil, Produkte)
- + Mit Test auf Histamin-Intoleranz/Mastzellaktivierungssyndrom (MCAS)

Finden Sie jetzt heraus, wie Sie Ihre Gesundheit zusätzlich verbessern können: www.drjacobs.de/gesundheitscheck

Dr. Jacob's Kur – Gesünder leben, neue Lebensfreude schöpfen

- + Dr. Jacob's Trinkkur – mehr Energie und Gesundheit mit Sofortwirkung²
- + Dr. Jacob's Basisch Abnehmen – Leichtigkeit erleben, Ihr Einstieg in eine gesündere Lebens- und Ernährungsweise
- + Dr. Jacob's Entlastungs- und Darmkur³ – bei Unverträglichkeiten wie Histamin-, Fruktose-, Gluten- und Laktoseintoleranz
- + Wissenschaftlich fundiert: basiert auf dem Fachbuch „Dr. Jacobs Weg des genussvollen Verzichts“ mit etwa 1400 Studien

²Dr. Jacob's Basenpulver *plus* enthält Magnesium, das einen normalen Energiestoffwechsel unterstützt.

³DarmHIT liefert Calcium, das die normale Funktion von Verdauungsenzymen im Darm unterstützt.

Machen Sie jetzt Ihre persönliche Dr. Jacob's Kur: www.drjacobskur.de

Rezeptbuch „Simply Eat“ von Suzanne Jacob

- + Ihr idealer Küchenhelfer bei der Umsetzung einer ausgewogenen, pflanzenbasierten Ernährungsweise
- + Pflanzliche, kalorien-, fett- und salzreduzierte Gerichte
- + Mit vielen praktischen Tipps und Hintergrundinformationen

Auf www.drjacobs.de/ratgeber erhalten Sie den Dr. Jacob's Kur Ratgeber und das Rezeptbuch **gratis als PDF**.

Dr. Jacob's Produktwelt

Dr. Jacob's Basenmittel⁴ – nach dem Vorbild der Natur

Über 75 % der deutschen Frauen nehmen zu wenig Kalium auf, 55 % zu wenig Calcium, 29 % zu wenig Magnesium.⁵ Schon eine Portion Dr. Jacob's Basenpulver gleicht die typischen Defizite an diesen Mineralstoffen und die Säurelast (nach PRAL⁶) in der üblichen Ernährung⁷ aus. Dr. Jacob's Basenmittel sind ohne Natrium und besonders reich an Kalium, dem wichtigsten Mineralstoff in Gemüse und Obst UND in jeder Körperzelle. Folgendes haben sie gemeinsam:

- + Basen-⁴ und Mineralstoff-Balance auf Citratbasis nach dem Vorbild von Gemüse und Obst
- + **Kalium** – unterstützt die Aufrechterhaltung eines **normalen Blutdrucks** und die normale Funktion von **Muskeln + Nerven**
- + **Calcium und Magnesium** (Verhältnis 3:2) – unterstützen die Erhaltung normaler **Knochen + Zähne**
- + ⁴**Zink** – unterstützt den normalen Säure-Basen-Stoffwechsel sowie die Erhaltung normaler **Haut, Haare + Nägel**
- + Ohne Laktose, Gluten, Füllstoffe und künstliche Aromen; kein Zusatz von Zucker; angenehmer Geschmack

⁵MRI (Max Rubner-Institut), Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (2008): Nationale Verzehrsstudie II. Ergebnisbericht Teil 2.

⁶Potentielle Säurebelastung der Nieren

⁷Remer, Manz (2003): Am J Clin Nutr, 78(4), 802-3.

Weitere Infos: www.drjacobs.de/basen

Chi-Cafe-Variationen – Kaffee Genuss mit Pflanzenextrakten, Ballast- und Mineralstoffen

- + Einzigartige Kompositionen aus geröstetem Kaffee, Reishi, Guarana, Ginseng und Mineralstoffen
- + Mit Koffein aus Kaffee und Guarana (wird langsamer freigesetzt⁸)
- + Ballaststoffe aus der Akazienfaser

⁸D'Angelo S, Ascione A (2020): Guarana and physical performance: A myth or reality?. Journal of Human Sport and Exercise, 15(3proc), S539-S551.

Weitere Infos: www.chi-cafe.de

Dr. Jacob's Granatapfel-Produkte – prall gefüllt mit Polyphenolen

- + Natürliche Polyphenole für ein einzigartiges, herbes Aroma
- + Mehr Bioaktivität und weniger Zucker dank Lebendfermentation

Weitere Infos: www.drjacobs.de/granatapfel

Dr. Jacob's Vitalstoffe⁹ – ausgleichen, was wirklich fehlt

Es ist nicht immer leicht, sich im stressigen Alltag über eine gesunde Ernährung ausreichend mit Vitaminen und Mineralstoffen zu versorgen. Dr. Jacob's Vitalstoff-Produkte können Sie und Ihre Familie bei Bedarf bei der Versorgung mit wichtigen Nährstoffen und wertvollen Pflanzenstoffen unterstützen. Weitere Infos: www.drjacobs.de/vitalstoffe

⁹Vitamin B₁₂ (z. B. in B₁₂ Methylcobalamin) unterstützt den normalen Energiestoffwechsel, Vitamin C (z. B. in Boswellia MSM forte) die normale Funktion des Immunsystems.

Unsere Philosophie – „Wissen im Dienste Ihrer Gesundheit“

Im Jahre 1997 wurde die Dr. Jacob's Medical GmbH von den Drs. Jacob gegründet. Sicher, zuverlässig, wirkungsvoll - nach diesen Kriterien entwickeln wir als Apotheken-Marke Nahrungsergänzungs- und Lebensstil-Konzepte, die Gesundheit und Genuss vereinen. Dabei handeln wir im Interesse von Mensch, Tier und Natur.

- + Hochwertige, möglichst natürliche und pflanzliche Inhaltsstoffe
- + Fachkompetenz plus strenge Qualitätskontrollen
- + Herstellung in Deutschland

Die Dr. Jacob's Medical GmbH unterstützt zahlreiche Patenkinder und Gesundheitsprojekte in der Dritten Welt sowie ein familienfreundliches Arbeitsklima. Weitere Infos: www.drjacobs.de/wirhelfen

Alle aktuellen Informationen zu den oben genannten Produkten erhalten Sie telefonisch (Tel.: 06128 97170) oder in unserem Online-Shop (www.DrJacobs-Shop.de). Die Produktpreise entnehmen Sie bitte auch der aktuellen Preistabelle.