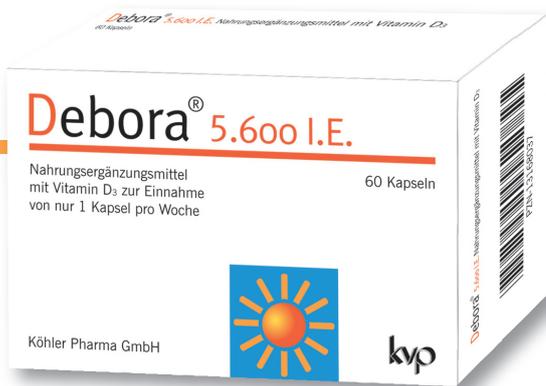


## Debora® 5.600 I.E.



Nahrungsergänzungsmittel  
mit Vitamin D<sub>3</sub> zur Einnahme von nur 1 Kapsel pro Woche.

Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems  
und zur Erhaltung normaler Knochen, Zähne und Muskelfunktion bei.

Zusammensetzung:	1 Kapsel (wöchentliche Verzehrmenge)	entspricht einer täglichen empfohlenen Tagesdosis von (NRV*)
Vitamin D <sub>3</sub>	140 µg	20 µg (400 %)

\* % der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr gemäß Lebensmittel-Informationsverordnung (EU) Nr. 1169/2011

### Verzehrempfehlung:

Debora® 5.600 I.E ist zum wöchentlichen Verzehr vorgesehen. Das heißt:

1 Kapsel pro Woche zu einer beliebigen Mahlzeit mit etwas Wasser einnehmen.

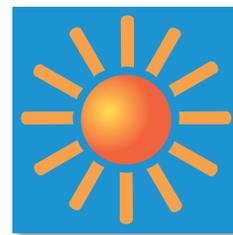
1 Kapsel Debora® 5.600 I.E. enthält 140 µg Vitamin D<sub>3</sub>, entsprechend 5.600 Internationale Einheiten (= I.E.) als wöchentliche Verzehrmenge, gelöst in nativem Leinsamenöl. Dies entspricht einer täglichen Verzehrmenge von 800 I.E. bzw. 20 µg Vitamin D<sub>3</sub>.

### Zutaten:

Leinsamenöl nativ, Gelatine vom Rind (Kapsel), Feuchthaltemittel Glycerin, Cholecalciferol.

### Aufbewahrung:

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Trocken und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt aufbewahren.



## Hinweise:

Debora® 5.600 I.E. ist glutenfrei, frei von Fruktose, Hefe, Laktose und Farbstoffen sowie laut Gesetz frei von Konservierungsstoffen.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge von 1 Kapsel pro Woche darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

## Nettofüllmenge:

9,6 g (20 Kapseln)  
19,2 g (40 Kapseln)  
28,8 g (60 Kapseln)

## PZN:

11049707  
11049736  
13168037

Vitamin D<sub>3</sub>, auch Cholecalciferol genannt, nimmt eine Sonderstellung unter den Vitaminen ein, weil der Körper es durch Sonnenbestrahlung der Haut selbst bilden und in seinem Muskel- und Fettgewebe speichern kann. Bei einem Lebensstil, der wenig Sonnen-Exposition beinhaltet, kann die Gefahr eines Vitamin-D-Mangels bestehen. Erschwerend kommt hinzu, dass viele Menschen, die sich im Freien aufhalten, aus Angst vor Sonnenbrand und schneller Hautalterung Sonnencremes anwenden. Dies hat jedoch zur Folge, dass die Vitamin-D-Synthese in der Haut reduziert wird.

Lebensmittel, die Vitamin D enthalten, sind z. B. fettreiche Fische, Leber und Eigelb. Vor allem Lebertran ist eine bedeutende Vitamin-D-Quelle. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt Kindern ab einem Jahr und Erwachsenen die tägliche Zufuhr von 800 I.E. Vitamin D über die Ernährung. Ein regelmäßiger Verzehr Vitamin-D-reicher Nahrungsmittel entspricht allerdings nur selten den üblichen Ernährungsgewohnheiten, sodass die Zufuhr von Vitamin D über Lebensmittel nur einen kleinen Teil der Vitamin-D-Versorgung ausmacht. In diesen Fällen kann der tägliche Verzehr eines Vitamin-D<sub>3</sub>-haltigen Nahrungsergänzungsmittels sinnvoll sein.

Durch die Fähigkeit des Organismus, Vitamin D zu speichern, ist es aber auch möglich, im Bedarfsfall nur 1 Kapsel pro Woche zu verzehren und damit trotzdem den Vitamin-D<sub>3</sub>-Bedarf für eine ganze Woche zu decken. Dementsprechend enthält 1 Kapsel Debora® 5.600 I.E. Vitamin D<sub>3</sub> und damit die gleiche Gesamtmenge, die man zuführen würde, wenn man eine Woche lang täglich 800 I.E. Vitamin D<sub>3</sub> einnehmen würde. Debora® 5.600 I.E. ist deshalb für Personen empfehlenswert, die anstatt der täglichen Zufuhr, nur einmal in der Woche den Verzehr einer Vitamin-D-Kapsel bevorzugen.

## Hersteller:

Köhler Pharma GmbH  
Neue Bergstraße 3-7  
64665 Alsbach-Hähnlein  
Telefon: 0 62 57- 506 529 0  
Telefax: 0 62 57- 506 529 20  
www.koehler-pharma.de

**Köhler Pharma –  
Kompetenz und Sicherheit für Sie  
und Ihre Gesundheit seit über 60 Jahren.**

