



**Bioelectra®**  
**ZINK**  
**Lutschtabletten**



**Nahrungsergänzungsmittel mit Zink und Vitamin C**  
**5 mg Zink, 60 mg Vitamin C pro Lutschtablette**

## Bioelectra Zink Lutschtabletten

Nahrungsergänzungsmittel mit Zink und Vitamin C für die normale Funktion des Immunsystems. Lutschtabletten mit Süßungsmitteln und Zitronengeschmack.

### Zink

Zink ist ein essentielles Spurenelement. Es ist an vielen Lebensvorgängen beteiligt. Zink ist ein Bestandteil von über 300 Enzymen, die wiederum für die Aktivierung verschiedener Stoffwechselforgänge verantwortlich sind. Einen Beitrag leistet Zink für die normale Funktion des Immunsystems.

### Vitamin C

Vitamin C erfüllt im Körper vielfältige Aufgaben. Vitamin C trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei und leistet einen Beitrag zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.

### Wie viel Zink und Vitamin C brauchen Sie?

Die deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt eine tägliche Zufuhr bei Erwachsenen von 10 mg Zink bei Männern bzw. 7 mg Zink bei Frauen sowie 110 mg Vitamin C bei Männern bzw. 95 mg Vitamin C bei Frauen. Die besten Zinkquellen sind tierische Produkte wie Fleisch und Milchprodukte, aber auch Vollkorngetreide liefert Zink. Die höchsten Vitamin-C-Gehalte weisen Obst und Gemüse auf. Grundsätzlich ist es möglich, seinen Zink- und Vitamin-C-Bedarf durch eine ausgewogene Ernährung zu decken.

Zufuhrempfehlung	Zink		Vitamin C	
	Milligramm/Tag		Milligramm/Tag	
	m	w	m	w
<b>Kinder und Jugendliche</b>				
1 bis unter 4 Jahre	3		20	
4 bis unter 7 Jahre	5		30	
7 bis unter 10 Jahre	7		45	
10 bis unter 13 Jahre	9	7	65	
13 bis unter 15 Jahre	9,5	7	85	
15 bis unter 19 Jahre	10	7	105	90
<b>Erwachsene</b>				
19 bis 65 Jahre und älter	10	7	110	95
<b>Schwangere*</b>		10		105
<b>Stillende</b>		11		125
<b>Raucher</b>			155	135

\* ab 4. Monat

Die von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) empfohlene Zufuhr von Zink und Vitamin C in: D-A-CH „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“, 2. Auflage, 2. aktualisierte Ausgabe 2016 (m = männlich/w = weiblich)

### Verzehrempfehlung:

2x täglich eine Lutschtablette langsam im Mund zergehen lassen.

### Wichtige Hinweise:

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

Bitte außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Röhrchen fest verschlossen und bei Raumtemperatur trocken lagern.

Enthält eine Phenylalaninquelle. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

**HERMES**

**Zutaten:**

Süßungsmittel (Mannit), Säuerungsmittel (Citronensäure), Säureregulator (Natriumcarbonate), Magnesiumcitrat, Vitamin C, Verdickungsmittel (Xanthan), pflanzliches Fett ganz gehärtet (Palm-, Kokosnuss-, und Rapsöl), Zinksulfat, Aroma, Süßungsmittel (Aspartam, Acesulfam K).

**Packungsgröße:**

20 Stück

**Geschmacksrichtung:**

Zitronengeschmack

Nährwertangaben	pro tägl. Verzehrsmenge (2 Lutschtabletten)	% der Referenzmenge*
Zink	10 mg	100%
Vitamin C	120 mg	150%

\*gemäß Lebensmittelinformationsverordnung

---

**Bioelectra Kunden-Service**

Mit Bioelectra Zink Lutschtabletten haben Sie sich für ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel entschieden.

Wenn Sie weitere Fragen zum Thema Immunsystem haben, schreiben Sie an:

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH  
Georg-Kalb-Straße 5–8  
82049 Großhesselohe / München

Oder senden Sie uns einfach eine E-Mail an folgende Adresse:

[bioelectra@hermes-arzneimittel.de](mailto:bioelectra@hermes-arzneimittel.de)