

Eisen Komplex Kapseln

Eisen Komplex ist ein Kombinationspräparat mit Eisen in der günstigen Fumarat-Form, Vitamin C, A, Kupfer und Citrus Bioflavonoiden.

Eisen übernimmt den Sauerstofftransport im Blutkreislauf, trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und hat Einfluss auf die Leistungsfähigkeit des Menschen durch Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.



Das Produkt existiert in 2 Varianten:

Inhalt	60 Kapseln	90 Kapseln
Preis UVP	17,00 €	24,90 €
Artikel-Nr.	91234S	91234
PZN		18059241
EAN	9009330912329	9009330912343
Netto-Gewicht	16 g	23 g
Packungsinformationen	1 Dose á 60 Kapseln	1 Dose à 90 Kapseln

Produktwissen

Eisen ist eines der wichtigsten Spurenelemente und an der Bildung roter Blutkörperchen und somit am wichtigen Sauerstofftransport im Körper beteiligt.

Eisen Komplex ist ein Kombinationspräparat mit Eisen in der günstigen Fumarat- Form, Vitamin C, A, Kupfer und Citrus Bioflavonoiden. Zweiwertiges Eisen ist zwar besser im Körper verwertbar als dreiwertiges, wird aber oft schlecht vertragen.

Das in Eisen Komplex verwendete zweiwertige Eisen-Fumarat liegt in mikroverkapselter Form vor. Die schützende Umhüllung wird erst im Dünndarm durch die Verdauungsenzyme aufgebrochen, wodurch die Reizwirkung der Eisensalze auf die Darmschleimhaut reduziert werden kann. Zweiwertiges Eisen wird im Darm mit einer Quote von ca. 10 - 20 Prozent resorbiert, deshalb ist es wichtig zusätzliche Mikronährstoffe für den Eisenstoffwechsel hinzuzufügen.

Vitamin C (Ascorbinsäure) kann die Aufnahme von Eisen fördern. Es wandelt dreiwertiges Eisen in zweiwertiges Eisen um.

Vitamin A und Riboflavin tragen zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei.

Der Eisenbedarf schwankt zeitlebens in Abhängigkeit von Alter und Geschlecht bzw. den damit verbundenen körperlichen Anforderungen. Bei Schwangeren steigt er zwischenzeitlich sogar auf das Doppelte an. Liegt hier eine Unterversorgung vor, kann es zu Entwicklungsstörungen des Fötus und zu Fehlgeburten kommen. Nach der Geburt ist der Eisenbedarf einige Wochen erhöht, um den angegriffenen bzw. geleerten körpereigenen Speicher wieder aufzufüllen. Nach den Wechseljahren gleicht sich der Eisenbedarf von Männern und Frauen wieder an.

Zutaten

Diese Kapseln enthalten:

L-Ascorbinsäure, Citrus aurantium Extrakt, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Eisenfumarat, Füllstoff: Cellulose, Retinylacetat, Riboflavin, Kupfercitrat

Nahrungsergänzungsmittel

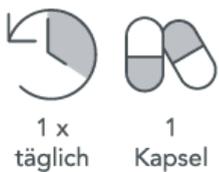


Inhaltsstoffe

Nährstoffe und sonstige Stoffe	Tagesdosis = 1 Kps	% NRV*
Vitamin C	80 mg	100
Riboflavin	1,4 mg	100
Vitamin A	300 µg RE	38
Eisen	10 mg	71
Kupfer	0,4 mg	40
Bitterorangen Extrakt	60 mg	-
davon Citrus Bioflavonoide	36 mg	-

*Nährstoffbezugswert nach Lebensmittel-Informationsverordnung

Verzehrempfehlung



1 Kapsel täglich mit viel Flüssigkeit verzehren

Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Aufbewahrungsempfehlung

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern, kühl, trocken und lichtgeschützt lagern.

Hinweis

Ein Nahrungsergänzungsmittel darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise eingenommen werden.

Das Plus von Kupfer

Kupfer trägt zu einem normalen Eisentransport im Körper bei. Rund 70 Prozent des Körpereisens befinden sich im Hämoglobin (roter Blutfarbstoff) der roten Blutkörperchen, dessen herausragende Fähigkeit es ist, Sauerstoff zu binden bzw. zu den Körperzellen zu transportieren. Zwischen drei und fünf Prozent des Eisenvorkommens im Körper ist am Aufbau des roten Muskelfarbstoffes Myoglobin beteiligt, der ebenfalls als Sauerstoffspeicher fungiert. Eisen ist ein essentieller Bestandteil vieler Enzyme und trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Es spielt außerdem im Immunsystem eine wichtige Rolle und hat eine Funktion bei der Zellteilung. Die normale Muskelleistung ist von einer ausreichenden Eisenzufuhr abhängig. Eisen ist für eine normale kognitive Funktion überaus wichtig, kann Müdigkeit und Ermüdung verringern und hat dadurch einen direkten Einfluss auf die Leistungsfähigkeit des Menschen. Da das in der Nahrung enthaltene Eisen vom Körper meist nur schlecht aufgenommen werden kann, erreicht nur ein kleiner Teil davon auch den Körperstoffwechsel. Die Aufnahme ist abhängig von der Nahrungsquelle und dem Bedarf des Körpers. Dreiwertiges Eisen kann vom Körper gar nicht aufgenommen werden, zweiwertiges Eisen wird im Darm mit einer sehr geringen Quote resorbiert. In tierischen Nahrungsmitteln (rotes Fleisch, Innereien) ist Eisen hauptsächlich an Hämoglobin gebunden und kann besser resorbiert werden als zweiwertiges Eisen aus anderen Quellen. Eisen aus pflanzlichen Nahrungsmitteln wird nur sehr schlecht aufgenommen, da es mit den ebenfalls in pflanzlichen Lebensmitteln enthaltenen Phosphaten, Phytaten und Polyphenolen schwer lösliche Verbindungen eingeht. So enthält zwar Spinat relativ viel Eisen, dieses kann aber nur sehr schlecht verwertet werden. Vegetarier sollten auf eine ausreichende Versorgung mit Eisen besonders achten. Weiterhin hemmend auf die Eisenaufnahme wirken sich unter anderem bestimmte Medikamente, Milchprodukte, Sojaprodukte, Oxalsäure (Rhabarber, Spinat) und Chlorogensäure (Kaffee) aus.