



**aktiv**

- ✓ lactosefrei
  - ✓ glutenfrei
  - ✓ gelatinefrei
- Für Vegetarier +  
Veganer geeignet

# Eisen+C

## +Histidin+Folsäure

Da der Körper Eisen nicht selbst bilden kann und es zusätzlich täglich ausgeschieden wird, muss man es regelmäßig und ausreichend mit der Nahrung aufnehmen.

Auf eine ausreichende Versorgung mit Eisen sollte besonders in der Schwangerschaft, in der Stillzeit und bei einseitiger, eisenarmer Ernährung geachtet werden.

Vitamin C erhöht die Eisenaufnahme. In den Tabletten sind zusätzlich die B-Vitamine Folsäure + B<sub>12</sub> enthalten sowie die Aminosäure L-Histidin.

- Eisen trägt zur normalen Bildung der roten Blutkörperchen bei und unterstützt den normalen Sauerstofftransport im Körper.
- Eisen hat eine Funktion im normalen Energiestoffwechsel und bei der Zellteilung – es leistet auch einen Beitrag zur normalen Funktion des Immunsystems.
- Vitamin C erhöht die Eisenaufnahme und unterstützt die normale Funktion des Immunsystems.
- Folsäure trägt zur normalen Blutbildung bei.
- Vitamin B<sub>12</sub> hat eine Funktion bei der Zellteilung.

Zusammensetzung	pro Tagesportion (= 1 Tablette)	% NRV*
Eisen	14 mg	100 %
Vitamin C	100 mg	125 %
L-Histidin	30 mg	**
Folsäure	300 µg	150 %
Vitamin B <sub>12</sub>	3 µg	120 %

\* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Tablette mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

### Hinweise:

Nicht einnehmen bei Eisenspeicherkrankheit und Eisenverwertungsstörungen.

Nicht für Kinder unter 14 Jahren geeignet.



  
**Queisser**  
 PHARMA  
 Schleswiger Str. 74  
 24941 Flensburg  
 DEUTSCHLAND  
 www.doppelherz.de