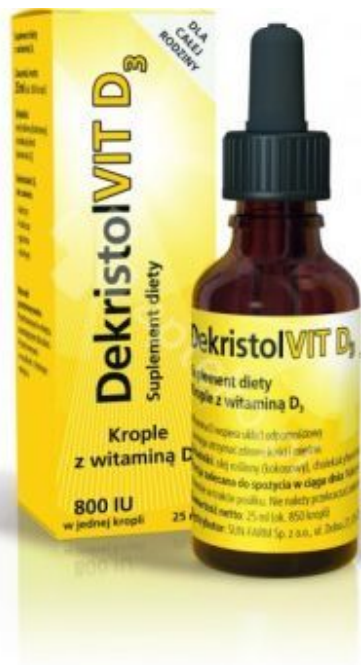


## Dekristolvit D3 800 IU krople 25ml D



Cena: 18,59 PLN

### Opis słownikowy

Dawka	800 I.U.
Opakowanie	25 ml
Postać	krop.doustne
Producent	SUN-FARM SP. Z O.O.
Substancja czynna	-

### Opis produktu

#### Dekristolvit D3, krople doustne, 25 ml

Skład: 800 IU (20 µg) witaminy D3 w jednej kropli.

#### Witamina D

- Wspiera prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego
- Wspiera prawidłowe funkcjonowanie mięśni
- Pomaga zachować zdrowe kości

#### Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

Należy przyjmować 1 kroplę dziennie w trakcie posiłku. Nie należy przekraczać zalecanej porcji dziennej.

Dobowe zapotrzebowanie na wit. D zależy od wielu czynników, między innymi: wiek, pora roku, dieta, karnacja czy szerokość geograficzna zamieszkania.

#### Międzynarodowa Grupa Ekspertów w 2013 roku<sup>1</sup> opublikowała zalecenia suplementacji wit. D:

Dzieci i młodzież (1-18 lat)

- Suplementacja 600 – 1000 IU/ dobę (15-25 µg/dobę), zależnie od masy ciała, w miesiącach wrzesień-kwiecień
- Suplementacja 600 – 1000 IU/ dobę (15-25 µg/dobę), zależnie od masy ciała, przez cały rok, jeśli nie jest zapewniona odpowiednia synteza skórna wit. D w miesiącach letnich

2. Dorośli (> 18 lat)

- a) Suplementacja 800 – 2000 IU/ dobę (20-50 µg/dobę), zależnie od masy ciała, w miesiącach wrzesień-kwiecień
- b) Suplementacja 800 – 2000 IU/ dobę (20-50 µg/dobę), zależnie od masy ciała, przez cały rok, jeśli nie jest zapewniona odpowiednia synteza skórna wit. D w miesiącach letnich

### 3. Seniorzy (65+ lat)

- a) Suplementacja 800 – 2000 IU/ dobę (20-50 µg/dobę), zależnie od masy ciała, przez cały rok, ze względu na obniżoną efektywność skórnej syntezy wit. D.

Szerokość geograficzna, na której leży Polska, pozwala organizmowi na syntezę wystarczającej ilości witaminy D tylko w okresie od kwietnia do września, pod warunkiem codziennej 15-minutowej ekspozycji na słońce w godzinach 10-15, bez stosowania preparatów z filtrem. Powinno być eksponowane około 18% powierzchni ciała (np. przedramiona i część nóg).

Szeroko stosowane preparaty z filtrem SPF zmniejszają syntezę skórnej wit. D o około 90-95%, dlatego też tak ważna jest suplementacja wit. D.

#### **Dekristolvit D3 nie zawiera:**

- laktozy
- fruktozy
- glutenu
- żelatyny

Opakowanie: 25ml (ok. 850 kropli).