

Vitamine D3 & K2 - 60 softgels

Vitamine D3 & K2 - 60 softgels

BON0664

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/vitamine-d3-k2-60-softgels>

Vitamine D en vitamine K versterken elkaar als synergisten. Hoewel van beide veel losse gezondheidseffecten bekend zijn, toont recent wetenschappelijk onderzoek dat vitamine D & K gecombineerd een onmisbare combinatie zijn voor het behoud van een goede gezondheid. Dit product bevat uitsluitend de best opneembare vormen van de vitamines, namelijk vitamine D3 en vitamine K2 (als MK7 van K2VITAL®).

Beschrijving

Vitamine D en vitamine K versterken elkaar als synergisten. Hoewel van beide veel losse gezondheidseffecten bekend zijn, toont recent wetenschappelijk onderzoek dat vitamine D & K gecombineerd een onmisbare combinatie zijn voor het behoud van een goede gezondheid. Dit product bevat uitsluitend de best opneembare vormen van de vitamines, namelijk vitamine D3 en vitamine K2 (als MK7 van K2VITAL®).

Hoog gedoseerd met 75 mcg vitamine D3 & 90 mcg vitamine K2

Waarom de combinatie van vitamine D en vitamine K?

Vitamine D en vitamine K zijn belangrijke synergisten: zij versterken elkaar in hun werking. Waar vitamine D zorgt voor normale calciumgehalten in het bloed, zorgt vitamine K voor de opname van calcium op de juiste plaats - in de botten - in plaats van ongewenste plekken zoals de nieren of de bloedvaten.

Bovendien spelen vitamine D en vitamine K een belangrijke rol in veel lichaamsprocessen. Zo draagt vitamine K bij aan een normale bloedstolling en, net als vitamine D, bij aan het behoud van sterke botten. Vitamine D draagt daarnaast bij aan het behoud van sterke spieren en een sterk gebit en ondersteunt het immuunsysteem. Lees meer over vitamine D in onze [brochure](#).

Dat het een uitdaging is om voldoende vitamine D aan te maken, is algemeen bekend. Dit geldt niet alleen voor de donkere dagen in het najaar, ook in de lente en zomer kan onze lichaamseigen vitamine D-aanmaak tekortschieten. Zeker nu we de zon meer en meer vermijden. We zitten veel binnen en als we buiten komen dragen we een zonnebril, zonwerende kleding en zonnebrand. Bij het ontbreken of vermijden van zonlicht wordt vitamine D een essentieel nutriënt. Het wordt dan noodzakelijk om vitamine D op een andere manier aan te vullen. We kunnen de zonnevitamine uit onze voeding halen, uit vette vis zoals zalm en makreel, lever en eigeel. Helaas is de hoeveelheid vitamine D die via voeding kan worden aangereikt nooit zo hoog als eigen aanmaak in de huid en kampen we, vaak onbewust, met tekorten aan vitamine D.

Een meta-analyse van wetenschappelijke onderzoeken bewees recentelijk dat het nuttig is vitamine D suppletie te combineren met vitamine K, omdat deze twee vitamines samenwerken. Vitamine K kan ook door het lichaam zelf worden aangemaakt. Onze darmflora kan vitamine K2 produceren in de darmen.

Een niet optimaal voedingspatroon en te weinig bewegen hebben echter een ongunstige invloed op de samenstelling van ons darmflora. De aanmaak van vitamine K ligt dan lager dan de dagelijkse behoefte. Vitamine K vinden we ook in de voeding. Groene bladgroenten zoals boerenkool, spinazie en peterselie zijn rijke bronnen van vitamine K1. In het lichaam is deze vorm echter relatief slecht opneembaar.

Vitamine K2, met name menaquinon-7, wordt gezien als de meeste efficiënte bron van vitamine K. Deze vorm wordt geproduceerd door bepaalde bacteriën en komt in beperkte mate voor in vlees, zuivel en eieren. Mede om die reden lukt het ons lichaam vaak niet om voldoende vitamine K uit onze voeding te halen. Een supplement kan dan uitkomst bieden.

De voordelen van Bonusan Vitamine D3 & K2

Bonusan Vitamine D3 & K2 bevat een hoge dosering van zowel vitamine D als vitamine K, gebaseerd op wetenschappelijke inzichten. De

softgels bevatten 75 mcg vitamine D in de vorm D3 en 90 mcg vitamine K als K2. De kleine, prettig slikbare softgels zijn daardoor ideaal inzetbaar als basissuppletie, maar ook als onderdeel van een therapeutisch traject. De adviesdosering van één softgel per dag kan het beste tijdens of vlak na de maaltijd ingenomen worden.

Hoge kwaliteit dankzij biologische actieve vormen van vitamine D3 en K2

In al onze vitamine D-producten verwerken wij uitsluitend vitamine D3. Deze vorm is effectiever in het verhogen van de vitamine D-spiegels dan vitamine D2. Vitamine D3 is, als biologisch actieve vorm, namelijk tot tien keer sterker. Ook voor vitamine K2 gebruiken we de biologisch actieve vorm menaquinon-7 (MK7), van K2VITAL®. Deze grondstof staat bekend om zijn hoge opneembaarheid en lange halfwaardetijd en maakt dat Bonusan Vitamine D3 & K2 enkel de hoogste kwaliteit grondstoffen bevat.

Om een goede opname in het lichaam te borgen van de vetoplosbare vitaminen D en K, lossen wij deze op in een vetmatrix van extra vierge olijfolie. Bonusan Vitamine D3 & K2 bevat dan ook geen onnodige toevoegingen en geen toegevoegde omega-6-vetzuren. Zo voorkomen we dat het de [omega-3 – omega 6 verhouding](#) ongunstig beïnvloedt. De capsulewand is donker gekleurd met behulp van natuurlijk karamel, ten behoeve van de stabiliteit van de, van nature onstabiele, vitamine K2.

Geschikt voor het behouden van sterke botten, tanden en spieren

Bonusan vitamine D3 & K2 is een basissupplement dat een extra aanvulling geeft van vitamine D3 en belangrijke cofactor vitamine K2. Dankzij vitamine D3 ondersteunt dit voedingssupplement het immuunsysteem en draagt het bij aan het behoud van sterke spieren en een sterk gebit. De toevoeging van vitamine K maakt dit een waardevol product voor het behoud van sterke botten.

Bonusan Vitamine D3 & K2 biedt uitkomst als dagelijkse aanvulling van vitamine D, omdat er bijvoorbeeld weinig blootstelling aan de zon plaatsvindt, of omdat u in een risicogroep valt. Raadpleeg een deskundige als u antistollingsmedicatie (bloedverdunners) gebruikt, vitamine K kan de werking daarvan beïnvloeden.

Aanbevolen gebruik

Tenzij anders aanbevolen 1 maal daags 1 softgel tijdens of vlak na de maaltijd innemen. Aanbevolen dosering niet overschrijden.

Bewaaradvies

Dit product is lichtgevoelig. Donker en bij kamertemperatuur bewaren.

Waarschuwing

Niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar. Overleg bij gebruik van coumarinederivaten (antistollingsmiddelen) eerst met een deskundige alvorens dit product te gebruiken.

Samenstelling

Samenstelling per softgelcapsule :
(dagdosering)

Vitamine D3 (als cholecalciferol)	75.00	mcg
Vitamine K2 (als menaquinon-7)	90.00	mcg
Olijfolie (vergin)	257.00	mg

Ingredienten

Extra vierge olijfolie, capsulewand (gelatine, glycerine, water), vitamine K2, vitamine D3, kleurstof (karamel)

* RI = Referentie-inname

Categorie:	Vitamine K
Ingrediënt:	Olijf, Vitamine D, Vitamine K2
Vorm:	Softgel
Vrij van:	Conserveringsmiddelen, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen