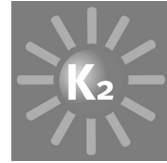


## Produktinformation

# Debora® plus K<sub>2</sub>

Nahrungsergänzungsmittel  
Kapseln mit den Vitaminen D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub>.



### 1 Kapsel enthält:

50 µg Vitamin D<sub>3</sub>, entsprechend 2.000 Internationale Einheiten (= I.E.),  
80 µg Vitamin K<sub>2</sub> (Menachinon-7),  
gelöst in pflanzlichen Ölen.



**Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Vitamin D trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion und zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei. Die Vitamine D und K tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.**

### Verzehrempfehlung:

1 Kapsel pro Tag zu einer beliebigen Mahlzeit mit etwas Wasser einnehmen.

### Hinweise:

Bei Einnahme von Blutgerinnungshemmern nur nach Rücksprache mit einem Arzt oder Therapeuten verwenden.

Debora® plus K<sub>2</sub> ist frei von Gluten, Fruktose, Hefe, Laktose sowie laut Gesetz frei von Konservierungsstoffen.



### Packungsgrößen:


Debora® plus K<sub>2</sub> ist in Packungen zu

20 Kapseln

60 Kapseln

120 Kapseln

in allen Apotheken erhältlich.

Köhler Pharma GmbH   
Neue Bergstraße 3-7  
64665 Alsbach  
Telefon: 0 62 57 - 506 529 0  
Telefax: 0 62 57 - 506 529 20  
[www.koehler-pharma.de](http://www.koehler-pharma.de)



## Nahrungsergänzung mit den Vitaminen D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub>

Vitamin D<sub>3</sub>, auch Cholecalciferol genannt, nimmt eine Sonderstellung unter den Vitaminen ein, weil der Körper es durch Sonnenbestrahlung der Haut selbst bilden und in seinem Muskel- und Fettgewebe speichern kann.

Bei einem Lebensstil der wenig Sonnen-Exposition beinhaltet, kann die Gefahr eines Vitamin D-Mangels bestehen. Erschwerend kommt hinzu, dass viele Menschen, die sich im Freien aufhalten, aus Angst vor Sonnenbrand und schneller Hautalterung Sonnencremes anwenden. Dies hat jedoch zur Folge, dass die Vitamin D-Synthese in der Haut reduziert wird.

Vitamin K<sub>2</sub> gehört ebenso wie Vitamin D<sub>3</sub> zu den fettlöslichen Vitaminen. Unter dem Begriff Vitamin K<sub>2</sub> werden verschiedene sogenannte Menachinone zusammengefasst, die sich durch die Länge ihrer Seitenketten unterscheiden. Debora® plus K<sub>2</sub> enthält das Menachinon-7.

Vitamin K<sub>2</sub> kommt natürlicherweise in tierischen Lebensmitteln wie z.B. in Leber und Eiern vor sowie in durch Milchsäurebakterien fermentierten Nahrungsmitteln wie z.B. einigen Käsesorten, Joghurt oder Sauerkraut. Vitamin K<sub>2</sub> kann teilweise auch durch die Bakterien der Darmflora gebildet werden sofern diese nicht geschädigt ist, wie z.B. durch die Einnahme von Antibiotika.

Ernährungswissenschaftler haben in den letzten Jahren die Bedeutung einer ausreichenden Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub> und Vitamin K<sub>2</sub> für die Erhaltung normaler Knochen erkannt. Dahinter stehen folgende ernährungsphysiologische Zusammenhänge: Vitamin D trägt zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei, so dass dem Körper in ausreichendem Maße Calcium zur Verfügung steht.

Darüber hinaus trägt Vitamin D zur Erhaltung normaler Knochen bei. Normale Knochen zeichnen sich durch ein normales Wachstum und normale Knochendichte aus. Hierbei spielt das Knochenprotein Osteocalcin eine wichtige Rolle. Bei einer normalen Knochenfunktion unterstützt Vitamin D die Bildung des Osteocalcins.

Auch das Vitamin K<sub>2</sub> trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei. Denn bei einer normalen Knochenfunktion fördert K<sub>2</sub> die Aktivierung des Osteocalcins.