

Nahrungsergänzungsmittel

hochdosiertes Vitamin K2



für Knochen und Blutgerinnung

Vitamin K

Vitamin K gehört zu den fettlöslichen Vitaminen. Die Menachinone, wie das in Cefavit® K2 enthaltene, sehr gut bioverfügbare Menachinon-7 (MK-7), werden als Vitamin K2 bezeichnet. Eine gute Versorgung mit Vitamin K ist von großer Bedeutung für die Gesundheit. Im Körper gibt es eine Reihe Vitamin K-abhängiger Eiweißstoffe, die vor allem für den Knochenstoffwechsel sowie für die Blutgerinnung wichtig sind. Eine normal funktionierende Blutgerinnung ist für den Erhalt des Blutflusses und für den Schutz vor Blutverlusten essentiell. Vitamin K trägt zu einer normalen Blutgerinnung und zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Knochen – stabil und doch empfindlich

Die Knochen unterliegen einem ständigen Auf- und Abbau. Im Alter von 25–30 Jahren wird normalerweise die maximale Knochenmineraldichte erreicht. Ab ca. 40 Jahren setzt dann der kontinuierliche Knochenmasseverlust von 0,3–0,5% pro Jahr ein. Für die Zeit der Wechseljahre erhöht sich der Verlust bei den Frauen auf 2–5%. Es ist somit wichtig, im Wachstumsalter eine hohe Knochenmineraldichte zu erreichen und zudem den Abbau im weiteren Lebensverlauf möglichst zu verringern. Vitamin K ist zusammen mit Vitamin D an knochenbildenden Prozessen beteiligt. Es unterstützt den Einbau des Calciums in die Knochen.

Wer sollte besonders auf die Vitamin K-Zufuhr achten?

Im Allgemeinen reicht eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung für die ausreichende Nährstoffzufuhr aus. Auf die Vitamin K2-Zufuhr zu achten kann zum Beispiel in folgenden Lebenssituationen wichtig sein: Wachstum, Wechseljahre, Sportler, Senioren, Schwangere/Stillende, Stress, Aufnahmestörungen im Magen-Darm-Bereich, Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Antibiotika, Blutverdünner), Fehl-/Mangelernährung, Vegetarier/Veganer, Störungen im Leberstoffwechsel. Vitamin K2 kommt nur in tierischen Lebensmitteln wie Rinderleber und in bakteriell fermentierten Produkten wie Natto (fermentiertes Soja), einigen Käsesorten oder Sauerkraut vor. Es kann zwar auch im gesunden Darm gebildet werden, jedoch ist nicht sicher, welchen Beitrag diese Eigensynthese an der Versorgung hat.

Cefavit® K2

Mit Cefavit® K2 haben Sie ein hochwertiges Vitamin K2-Präparat von Cefak gewählt. Die veganen Cellulosekapseln liefern je 200 µg Vitamin K2 (all-trans, MK-7) und sind unter Berücksichtigung der Hinweise und Verzehrsempfehlungen auch für Kinder (ab 4 Jahre) und Jugendliche geeignet.



Mehr Informationen zu Cefavit®-Produkten: www.cefavit.de

Cefak KG · Ostbahnhofstraße 15 · D-87437 Kempten/Germany

Nahrungsergänzungsmittel mit hochdosiertem Vitamin K2.

1 Kapsel enthält: 200 µg Vitamin K2.

Verzehrempfehlung:

Erwachsene eine Kapsel täglich, Kinder ab 4 Jahre und Jugendliche eine Kapsel pro Woche. Die Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen.

Zusammensetzung (durchschn. Gehalt)	Tagesdosis 1 Hartkapsel	% der empfohlenen Tagesdosis (NRV)
Vitamin K	200 µg	267 %

NRV: nutrient reference value = Nährstoffbezugswert nach LMIV

Zutaten: Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Füllstoff Mikrokristalline Cellulose, Reisextrakt, Menachinon¹, pflanzliches Öl (Sonnenblumenöl).

¹Vitamin K2 als MK-7, all-trans, mikroverkapselt, vegan.

Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler **Knochen** und zu einer normalen **Blutgerinnung** bei.

Hinweise: Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nicht für Kinder unter 4 Jahren bestimmt. Bei Einnahme blutverdünnender Medikamente sowie in Schwangerschaft und Stillzeit empfiehlt sich die Rücksprache mit dem Arzt.

100 % vegan. Glutenfrei. **Ohne:** Allergene, Aroma, Farbstoffe, Gelatine, Hefe, Lactose.

Bei Raumtemperatur trocken, lichtgeschützt und außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Packungsgröße: Inhalt: 50 Hartkapseln = 8,3 g.

Erhältlich in Apotheken.



Hergestellt in Deutschland (Kempten/Allgäu).

Was Sie noch aus dem hochwertigen Cefa... Sortiment interessieren könnte:

Selen	Cefasel 50/100/200 nutri®
Curcuma+ D3+ C	Cefacur®
Vitamin D3	Cefavit® D3 1.000/2.000/7.000 I.E./Liquid
Vitamin D3+ K2	Cefavit® D3 K2 Liquid
Vitamin D3+ K2+ Magnesium	Cefavit® D3 K2 Mg
Vitamin B-Komplex	Cefavit® B-complete
Vitamin B12	Cefavit® B12
Babyplanung/Schwangerschaft/Stillzeit	Cefavit® natal
Magnesium	Cefamag® 300/400
Omega-3	Cefaomega®
Ginkgo/Mistel/Weißdorn	Cefavora®
Rhodiola plus	Cefavora® memo
Mahlzeiteratz	Cefamagar® Vitaldiät



seit 1948

Sie haben noch Fragen oder möchten Informationsmaterial - wir informieren Sie gerne!

Cefak KG · Verbraucherservice · Postfach 1360 · D-87403 Kempten · Tel.: 0831/57401-0
Fax: 0831/57401-50 · E-Mail: cefak@cefak.com · Internet: www.cefak.com