

# Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo

1.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>  
150 mg Magnesium NEM

Nahrungsergänzungsmittel mit den Biofaktoren Vitamin D und Magnesium  
Für eine gesunde Vitamin D- und Magnesium-Versorgung

## Was ist Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo?

Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo ist ein Vitamin-Mineralstoffpräparat bestehend aus 1.000 internationalen Einheiten (I.E.) Vitamin D<sub>3</sub> (Cholecalciferol) und 150 mg Magnesium.

Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo zeichnet sich neben seiner empfehlenswerten Inhaltsstoffkombination aus Vitamin D und Magnesium vor allem durch seine besondere Magnesiumverbindung aus: Das zur Hälfte an das organische Bisglycinat gebundene Magnesium ist besonders bioverfügbar. So wird es durch seine hoch verträgliche Aufnahme im Magen-Darm-Trakt dem Körper effizient zur Verfügung gestellt.

Eine optimale Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen trägt zum Erhalt unserer Gesundheit und Leistungsfähigkeit bei. So spielen sowohl Vitamin D als auch Magnesium eine Rolle in einer Vielzahl von Stoffwechselprozessen und Körperfunktionen. Hierzu zählt unter anderem auch – direkt oder indirekt – die Erhaltung einer normalen Muskelfunktion und normaler Knochen.

### Vitamin D trägt bei zu

- Ihrer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor
- Ihrem normalen Calciumspiegel im Blut
- der Erhaltung Ihrer normalen Knochen
- der Erhaltung Ihrer normalen Muskelfunktion

### Magnesium trägt bei zu

- Ihrem normalen Energiestoffwechsel
- der Erhaltung Ihrer normalen Knochen
- Ihrer normalen Muskelfunktion
- Ihrem Elektrolytgleichgewicht

Vitamin D - auch „das Sonnenvitamin“ genannt - ist ein Vitamin, dessen Vorstufe mit Hilfe der UV-Strahlen des Sonnenlichts in der menschlichen Haut gebildet werden kann. Voraussetzung hierfür ist eine ausreichende Sonnenexposition, die in Deutschland meist jedoch nur in den Monaten April bis August gewährleistet ist. Darüber hinaus kann Vitamin D über die Nahrung zugeführt werden. Gute Quellen hierfür sind fettreiche Lebensmittel wie Hering, Makrele, Eigelb, Leber – alles Nahrungsmittel, die sehr selten verzehrt werden.

Magnesium ist ebenfalls lebensnotwendig, kann jedoch nicht selbst vom Körper gebildet werden. Seine Aufnahme über die Nahrung ist folglich essentiell, insbesondere da die Speicherkapazität im Körper gering und die tägliche Zufuhr daher unerlässlich ist. Gute Quellen sind Fenchel, Broccoli und Vollkornprodukte, wobei der jeweilige Magnesium-Gehalt durch die Speisenzubereitung herabgesetzt werden kann.

## Wann wird Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo verzehrt?

Vitamin D und Magnesium unterstützen vielerlei Prozesse in unserem Körper, weshalb jeder auf eine ausreichende Versorgung achten sollte. Der Verzehr von Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo empfiehlt sich besonders, wenn eine gesunde Vitamin D- und Magnesiumversorgung nicht gewährleistet ist: z.B. aufgrund einer unzureichenden Zufuhr Vitamin D- und magnesiumreicher Lebensmittel oder einer eingeschränkten körpereigenen Bildung von Vitamin D durch mangelnde Sonnenexposition.

## Für wen ist Vitagamma® D<sub>3</sub> Duo besonders geeignet?

Um Knochen und Muskulatur bis in das fortgeschrittene Alter gesund und fit zu erhalten, ist der Lebensstil, und hier insbesondere die Ernährung, von entscheidender Bedeutung: Die Versorgung mit einer ausreichenden Menge an Vitaminen und

Mineralstoffen ist oft nicht einfach. Die Hektik der heutigen Zeit sowie Alltags- und Arbeitsstress machen eine stets ausgewogene Ernährung oft sehr schwer. Schnell wird in der Konsequenz daraus zum Falschen gegriffen, was letztendlich – verstärkt durch den Konsum von nährstoffraubenden Alltagslastern wie Kaffee, Alkohol oder Zigaretten – zu einem Ungleichgewicht im Vitamin- und Mineralstoff-Haushalt führen kann.

Langfristig kann sich diese unausgewogene Ernährung, vor allem im Zusammenspiel mit Bewegungsmangel, negativ auf unsere Knochen und Muskeln auswirken.

### Wie ist Vitagamma® D3 Duo anzuwenden?

Um eine langfristig ausreichende Versorgung mit Vitamin D und Magnesium unabhängig von der Speisenzubereitung und Jahreszeit sicherstellen zu können, ist die Einnahme eines geeigneten Kombinationsproduktes empfehlenswert. Mit dem regelmäßigen Verzehr von Vitagamma® D3 Duo tragen Sie maßgeblich dazu bei, Ihre Vitamin D- und Magnesium-Versorgung langfristig zu sichern. Eine Tablette Vitagamma® D3 Duo pro Tag ist unzerkaut zu einer beliebigen Mahlzeit mit reichlich Flüssigkeit zu verzehren.

**Zutaten:** Magnesiumbisglycinat, Füllstoffe (mikrokristalline Cellulose, Dicalciumphosphat), Magnesiumoxid, Maisstärke, Stabilisatoren (Cellulosepulver, Hydroxypropylmethylcellulose, Polyvinylpyrrolidon), Trennmittel (Magnesiumsalze der

Speisefettsäuren, Siliciumdioxid, Talkum), Emulgator (Polyethylenglycol), Antioxidationsmittel (stark tocopherolhaltige Extrakte), Farbstoffe (Calciumcarbonat, Eisenoxide und Eisenhydroxide), ganz gehärtetes Palmöl, Stabilisator (Gummi arabicum), Saccharose, Maisstärke, mittelkettige Triglyceride, Antioxidationsmittel (alpha-Tocopherol), Vitamin D<sub>3</sub>

- gluten- und laktosefrei
- frei von Konservierungsstoffen

**Hinweis:** Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden.

**Aufbewahrung:** Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C.

### Packungsgrößen:

Vitagamma® D3 Duo ist in Packungen zu 50 Tabletten und 100 Tabletten in allen Apotheken erhältlich.

WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG  
 Calwer Straße 7, 71034 Böblingen  
 info@woerwagpharma.com  
 www.woerwagpharma.de



## Vitagamma® D3 Duo

1.000 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>  
 150 mg Magnesium NEM

Nährstoffe	Gehalt pro Tablette	Trägt bei
Vitamin D <sub>3</sub>	25 µg (△1.000 I.E.)	zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion zur Erhaltung normaler Knochen
Magnesium	150 mg	zu einer normalen Muskelfunktion zur Erhaltung normaler Knochen

**WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG**  
**Calwer Str. 7, 71034 Böblingen**

