

# Vitamin C

## PRODUKTINFORMATION

*Dieser essentielle Nährstoff kann zu einer normalen Funktion des Immunsystems sowie zu einem normalen Energiestoffwechsel beitragen. Darüber hinaus kann Vitamin C zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer Erhöhung der Eisenaufnahme beitragen.*

### Grundlagen:

In Fachkreisen ist Vitamin C vor allem unter seinem chemischen Namen «Ascorbinsäure» bekannt. Wie alle anderen Vitamine, kann es nicht vom menschlichen Körper synthetisiert werden, sondern muss über die Nahrung aufgenommen werden. Ein etwaiger Überschuss, den der Körper nicht benötigt, wird schnell über die Nieren ausgeschieden. Es gibt keine Möglichkeit, dieses Vitamin langfristig im Körper zu speichern. Deshalb ist eine Überdosierung von Vitamin C so gut wie unmöglich. Speziell Zitrusfrüchte aller Art sind reiche Quellen von Vitamin C, aber auch Brokkoli, rote Pfefferschoten und Johannisbeeren. Auch Blumenkohl und Erdbeeren haben einen hohen Ascorbinsäuregehalt. Vitamin C ist ein wasserlösliches Vitamin und gilt als ein essentieller Nährstoff.

Vitamin C erfüllt wichtige Aufgaben im menschlichen Körper. Dazu zählt vor allem die Stärkung des Immunsystems. Vitamin C kann zu einer normalen Funktion des Immunsystems beitragen und dabei helfen, die normale Funktion des Immunsystems während und nach intensiver körperlicher Betätigung aufrechtzuerhalten. Zudem trägt es zu einem normalen Energiestoffwechsel bei und reduziert somit Müdigkeit und Erschöpfung. Vitamin C beeinflusst auch die Eisenaufnahme im Körper und spielt somit wiederum bei der Energiegewinnung eine wichtige Rolle. Darüber hinaus ist Vitamin C auch an der Kollagensynthese beteiligt, indem es die Kollagensynthese unterstützt. Kollagen ist für den Aufbau zahlreicher Gewebe mit verantwortlich, weswegen es u.a. auch für die Augen, Knochen, Blutgefäße und das Gehirn wichtig ist.

Vitamin C dient auch als universeller Zellschutz. Nicht zuletzt kann es eine normale Funktion des Nervensystems unterstützen und zur Regeneration der reduzierten Form von Vitamin E beitragen.

Sollte die Aufnahme von Vitamin C durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, kann dieser Nährstoff durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden.

### Inhaltsstoffe:

#### Eine Kapsel enthält:

1000 mg Vitamin C

#### Andere Inhaltsstoffe:

Stearinsäure, Magnesiumstearat, Dicalciumphosphat, Maltodextrin. Das Produkt ist vegetarisch, glutenfrei, laktosefrei, nicht gentechnisch verändert. Kapselhülle vegetarisch.

#### Verzehrempfehlung:

Im Normalfall eine Kapsel täglich mit reichlich Flüssigkeit einnehmen. Bei Bedarf kann die Einnahme erhöht werden.

### Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern.

Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht.

Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronährstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet. Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt. Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

Hersteller



**VitaBasix**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)