

# Produktschulung

Juni 2026



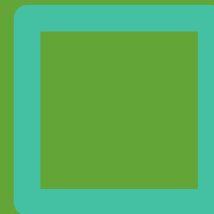
Neue Artikel



# Vitamin Tropfen ADEK

Art.Nr: 141

Preis: 30 ml Flasche 22,50 €



# Vitamintropfen ADEK

Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin A, D3, E, K2

**Wissenswertes:** Vitamintropfen ADEK kombinieren die fettlöslichen Vitamine A, D3, K2 und E in einer praktischer bequem einzunehmenden Anwendung. Die Tropfen lassen sich leicht dosieren und eignen sich ideal zur täglichen Ergänzung einer ausgewogenen Ernährung.

- Die Vitamine A und D3 tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
- Vitamin K2 trägt zudem zu einer normalen Blutgerinnung und zum Erhalt normaler Knochen bei.
- Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

**Zutaten:** MCT-Öl (Mittelkettige Triglyceride), Vitamin E, Sonnenblumenöl, Olivenöl, Zitronenöl, Retinylpalmitat, Antioxidationsmittel alpha-Tocopherol, Vitamin D3, Vitamin K2 (Menachinon-7, MK-7).

|                                   | pro Tropfen             | pro Tagesdosis<br>(= 2 Tropfen) | % des empfohlenen<br>Tagesbedarfs nach<br>NRV* |
|-----------------------------------|-------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|
| Vitamin A                         | 200 µg RE<br>(667 I.E.) | 400 µg RE<br>(1333 I.E.)        | 50                                             |
| Vitamin D3                        | 12,5 µg<br>(500 I.E.)   | 25 µg<br>(1000 I.E.)            | 500                                            |
| Vitamin E (alpha-TE)<br>natürlich | 3 mg<br>(4,5 I.E.)      | 6 mg<br>(9 I.E.)                | 50                                             |
| Vitamin K2                        | 10 µg                   | 20 µg                           | 27                                             |

\*NRV = Nährstoffbezugswert für die tägliche Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

**Verzehrsempfehlung:** 2 x täglich 1 Tropfen, am besten zu einer Mahlzeit einnehmen.

Für Kinder, Jugendliche, Schwangere und Stillende nicht geeignet.

Personen, die blutverdünnende Medikamente (Antikoagulantien) einnehmen, sollten vor dem Verzehr mit ihrem Arzt Rücksprache halten.

Lichtgeschützt, trocken und unter 25 °C aufbewahren.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden und ersetzen nicht eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Made in Germany

**Inhalt 30 ml** (=1088 Tropfen)

Art.-Nr.: 1847

Eti0326

# Vitamin A

Bereits 1500 v. Chr. war den Ägyptern eine der bekanntesten Vitamin A-Mangelerkrankungen, die Nachtblindheit, bekannt.

Zur Vitamin A-Familie gehören Retinol und Retinylacetat (in tierischen Lebensmitteln) sowie  $\beta$ -Carotin und andere Carotinoide (in pflanzlichen Lebensmitteln).

Die Carotine sind sogenannte Provitamine, d.h. Vitaminvorstufen.

Sie werden erst im Körper in das eigentliche Vitamin A umgewandelt.

## Wirkungen von Vitamin A im Körper:

- Sehkraft: am Aufbau des Sehpurpurs beteiligt, vor allem bei sehr hellem Licht und Dämmerlicht wird viel Vitamin A verbraucht
- Immunsystem: erhöht durch die Schutzwirkung auf Haut- und Schleimhäute die Abwehr gegenüber Krankheitserregern, beteiligt an der Produktion von Antikörpern.
- Blutzellen: am Aufbau von Blutzellen beteiligt.
- Haut und Schleimhaut: ermöglicht ein normales Wachstum der Zellen dieser Gewebe, gewährleistet somit einen Schutz vor allem von Atemwegen, ableitenden Harnwegen und der Darmschleimhaut.

## Vitamin A und Zink

Zinkmangel kann den Transport des Vitamin A im Körper behindern.

Zink greift in den Aufbau des für Vitamin A notwendigen Transportproteins ein.

## Mangelercheinungen:

Frühe Anzeichen eines Vitamin-A-Mangels sind die Erhöhung der Reizschwelle für Lichteindrücke und Verlangsamung der Anpassung an das Dämmerungssehen sowie eine verstärkte Bildung von Hornhaut.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene eine tägliche Zufuhr von **0,8 (Frauen) bis 1,0 (Männer) mg Vitamin A** (Retinol-Äquivalente).

Die empfohlene Zufuhr für Kinder bis unter 13 Jahre liegt zwischen 300 und 600 µg RAE pro Tag.

**Wichtig: Keine Einnahme von Vitamin A in der Schwangerschaft, da teratogen!**

**Einnahme von Vitamin A während der Schwangerschaft muss immer mit dem Arzt abgeklärt werden.**

**Besonders in den ersten 3 Monaten.**

## Vitamin D

Vitamin D3, auch bekannt als Cholecalciferol, ist eine der wichtigsten Formen von Vitamin D. Es ist ein fettlösliches Vitamin, das der Körper mithilfe von Sonnenlicht selbst herstellen kann.

### **Wie deckt man den Bedarf?**

Rund 80 bis 90 Prozent des Tagesbedarfs an Vitamin D werden unter dem Einfluss von Sonnenlicht von der Haut gebildet. Die Ernährung spielt nur eine untergeordnete Rolle, weil Lebensmittel kaum Vitamin D enthalten. Kleine Mengen des Sonnenvitamins stecken etwa in Eiern, Pilzen, bestimmten Innereien und fettem Seefisch.

Vitamin D wird in Mikrogramm ( $\mu\text{g}$ ) oder in internationalen Einheiten (IE) angegeben. 1  $\mu\text{g}$  entspricht 40 IE.

Für all unsere Vitamin-D3-Produkte verwenden wir den natürlichen Rohstoff Cholecalciferol aus Wollfett von Schafen aus der EU (Frankreich, Schweiz, Ausnahme: #107 China). Die Produkte sind daher nicht vegan, jedoch vegetarisch.

## **Erhöhter Bedarf / Störungen der Vitamin-D-Aufnahme:**

Die Versorgung mit Vitamin D kann durch Störungen der Fettverdauung und -aufnahme beeinträchtigt werden, zum Beispiel bei einem Mangel an Gallensäuren, bei Zöliakie oder bei Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse. Auch die körpereigene Umwandlung in das wirksame Vitamin-D-Hormon kann bei schweren Lebererkrankungen oder bei Niereninsuffizienz gestört sein.

Bestimmte Medikamente wie Antiepileptika und Schlafmittel erhöhen den Bedarf an Vitamin D, da sie den Stoffwechsel beschleunigen.

Der Bedarf kann dadurch auf bis zu 25 µg pro Tag ansteigen.

Fettleibige Menschen leiden ebenfalls häufig an einem Vitamin-D-Mangel.

Dies kann zu einer Überaktivität der Nebenschilddrüse sowie zu einem Mineralisationsdefekt der Knochen (Osteomalazie) führen.

Der Grund liegt im hohen Anteil an Körperfett: Da Vitamin D fettlöslich ist, wird es im Fettgewebe gebunden und dadurch dem Blutkreislauf entzogen.

# Vitamin E

Bei Vitamin E handelt es sich um eine fettlösliche Substanz, deren Bezeichnung „Tocopherol“ aus dem Griechischen stammt und „Geburtsträger“ bedeutet.

In seiner natürlichen Form kommt Vitamin E vor allem in Weizenkeimen, Nüssen, Samen sowie in schonend verarbeiteten Pflanzenölen und Fetten vor.

Kleinere Mengen finden sich auch in Eigelb und frischer Vollmilch.

Heutzutage sind sich Wissenschaftler weitgehend einig, dass Vitamin E eine der wichtigsten Schutzsubstanzen gegen Oxidation im Körper ist.

Es verhindert sogenannte Lipidperoxidationen, also schädliche Reaktionen zwischen Fett und Sauerstoff.

Aus dem Alltag kennt man diesen Effekt:

Wenn Fette längere Zeit ungeschützt dem Sauerstoff ausgesetzt sind, entwickeln sie einen ranzigen Geruch und Geschmack.

Ein ähnlicher Prozess findet auch im menschlichen Körper statt – allerdings unbemerkt.

Überall treffen Fette und Sauerstoff aufeinander.

Vitamin E trägt insbesondere dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

## Wofür ist Vitamin E?

- Vitamin E verhindert, dass durch die Reaktion von ungesättigten Fettsäuren und Sauerstoff vom Körper nicht mehr beherrschbare Mengen freier Radikale gebildet werden.
- Vitamin E schützt die Zellen vor oxidativem Stress und damit vor vorzeitiger Alterung.
- Vitamin E wirkt als Antioxidans und bremst schädliche Oxidationsprozesse im Körper.
- Vitamin E schützt Zellmembranen, insbesondere solche, die viele Fette enthalten.
- Vitamin E unterstützt das Immunsystem und trägt zur Abwehr von Krankheitserregern bei.
- Vitamin E trägt zur Gesunderhaltung der Haut bei und kann die Haut vor Umweltschäden schützen.
- Vitamin E schützt die Gefäße und unterstützt die Durchblutung.
- Vitamin E hilft, Entzündungsprozesse zu reduzieren.

## Vitamin K2

- Fettlösliches Vitamin
- Aktiviert wichtige Proteine/Enzyme für den Calciueinbau in die Knochen

### **Unterstützt:**

- stabile Knochen
- verhindert Calciumablagerungen in den Arterien
- Wichtig für die Blutgerinnung

### **Wichtig:**

- Bei Einnahme von Blutverdünnern (Cumarin-Typ) → nur nach Rücksprache mit dem Arzt
- Vitamin K und Blutverdünner wirken gegensätzlich

### **Formen von Vitamin K:**

Vitamin K1 (Phyllochinon) → in grünem Gemüse

Vitamin K2 (Menachinone) → entsteht durch Fermentation

## **Wichtige Form:**

MK-7

- lange Halbwertszeit
- bleibt stabil im Blut
- erreicht Knochen und Gefäße besonders gut

Vitamin K2 + Vitamin D3

Perfektes Team (Synergie)

- Vitamin D3 → erhöht Calciumaufnahme
- Vitamin K2 → sorgt für richtige Verteilung

## **Merksatz:**

- Vitamin D bringt Calcium rein
- Vitamin K2 bringt es an den richtigen Ort

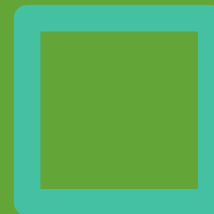
## **Ergebnis:**

- bessere Knochenstabilität
- Schutz der Gefäße
- Unterstützung des Stoffwechsels

# Nattokinase-Kapseln

Art.Nr: 223

Preis: 120 Kapseln 19,50 €



# Nattokinase-Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel mit fermentiertem Sojabohnenextrakt  
vegan

**Wissenswertes:** Nattokinase ist ein Enzym, das schonend aus fermentierten Sojabohnen isoliert und aufgereinigt wird. Seine bemerkenswerte Aktivität im menschlichen Körper findet bereits in vielen Studien Erwähnung. Jede Nattokinase-Kapsel enthält 100 mg fermentierten Sojabohnenextrakt mit 2.000 fibrinolytischen Einheiten (FU) Nattokinase. Pro Tag sollte nur eine Kapsel geschluckt werden, weshalb Nattokinase-Kapseln für vier Monate ausreichen!

**Zutaten:** Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose, resistentes Maisdextrin, fermentierter **Sojabohnenextrakt** mit Nattokinase (7 %), Trennmittel Siliciumdioxid, Magnesiumstearat.

|                                 | <b>pro Kapsel (= Tagesdosis)</b> |
|---------------------------------|----------------------------------|
| Fermentierter Sojabohnenextrakt | 100 mg                           |
| Nattokinase                     | 2.000 FU*                        |

\*FU = Fibrinolytische Einheit

Noch kein Nährstoffbezugswert für die tägliche Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011 vorhanden.

**Verzehrempfehlung:** 1 x täglich 1 Kapsel unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit schlucken.

Für Schwangere, Stillende und Personen unter 18 Jahren nicht geeignet.

Bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten sollten Nattokinase-Kapseln nur unter ärztlicher Aufsicht eingenommen werden. Informieren Sie bei Einnahme der Kapseln vor Operationen frühzeitig Ihren Arzt.

Lichtgeschützt, trocken und unter 25 °C aufbewahren.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden und ersetzen nicht eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Made in Germany

**Inhalt 120 Kapseln = 47 g**

Art.-Nr.: 848

Eti0426

## Was ist Nattokinase?

Nattokinase ist ein Enzym, das aus einem beliebten japanischen Lebensmittel mit dem Namen Natto extrahiert wird.

Natto sind gekochte Sojabohnen, die mit einem Bakterium fermentiert wurden, das den Namen Bacillus Natto trägt.

Nattokinase ist ein Enzym, das aus fermentierten Sojabohnen isoliert wird. Es gilt als natürlicher Blutverdünner und wird daher in der Naturheilkunde zur Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen eingesetzt.

Es besitzt eine klebrige Konsistenz und ein starkes (nicht immer wohlriechendes) Aroma.

Natto schmeckt sehr gewöhnungsbedürftig, riecht extrem streng und sieht relativ unappetitlich aus (schleimig, zieht Fäden).

In Japan wird Natto auch als „Gemüsekäse“ bezeichnet und gerne zusammen mit Reis gefrühstückt.

Dieses Frühstück ist Teil der traditionellen japanischen Ernährung.

Es versorgt mit Proteinen, Vitaminen und verdauungsfördernden Nährstoffen, die dem Körper im Laufe des Tages zugutekommen.

## Wie wirkt Nattokinase?

Nattokinase beeinflusst das Enzym Fibrin:

- Fibrin ist verantwortlich für die Blutgerinnung
- zu viel Fibrin → Risiko für Blutgerinnsel

Nattokinase:

- baut Fibrin ab
- aktiviert körpereigene Enzyme (z. B. Plasmin)
- hält das Blut „fließfähig“

## Mögliche gesundheitliche Vorteile

Studien und Erfahrungsberichte zeigen mögliche Wirkungen:

- Unterstützung der Herz-Kreislauf-Gesundheit
- Senkung des Blutdrucks
- Verbesserung der Durchblutung
- mögliche Vorbeugung von:
  - Thrombose
  - Schlaganfall
  - Herzinfarkt

## **Risiken und Nebenwirkungen**

Nattokinase wirkt auf die Blutgerinnung.

Deshalb ist Vorsicht bei:

- Einnahme von Blutverdünnern (z. B. Marcumar, Warfarin)
- bevorstehenden Operationen
- Blutungsneigung

Mögliche Nebenwirkungen:

- verstärkte Blutungen
- Blutergüsse

## **Wichtiger Hinweis**

Nattokinase sollte nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden, wenn:

- Medikamente eingenommen werden
- Vorerkrankungen bestehen
- Schwangerschaft vorliegt

**Wiederholung und aktuelle Änderungen**

# Kollagen

## Typ I

Hydrolysiertes Kollagen vom Rind

→ Dieses Kollagen kommt am häufigsten in Haut, Knochen, Sehnen, Bändern und Bindegewebe des Körpers vor.

## Typ II (UC II ®)

Udenaturiertes Kollagen vom Huhn

→ *Wichtiger Bestandteil des Knorpels*

Kommt vor in: Gelenkknorpel, Bandscheiben, Glaskörper des Auges

## Typ III

Hydrolysiertes Kollagen vom Rind

→ Wichtiger Bestandteil der Blutgefäßwände, der für Festigkeit und Elastizität sorgt.

Kommt vor in: Arterienwänden, Bindegewebe, inneren Organen

## undenaturiertes Kollagen Typ II (UC II ®)

→ Natürliche, unveränderte Form von Kollagen

→ Wirkt über das Immunsystem im Darm

## hydrolysiertes Kollagen (Typ I und III)

→ Durch Hydrolyse wird die ursprüngliche Struktur aufgespalten. Dadurch ist es sehr gut löslich und leicht verdaulich.

→ Wird im Darm in Aminosäuren und Peptide (kleine Eiweißstücke) zerlegt und für den Aufbau von körpereigenem Kollagen genutzt.

## MSM

→ Ist eine organische Schwefelverbindung, die in kleinen Mengen in der Natur, z.B. in Obst und Gemüse, Milch und Getreide vorkommt. Schwefel ist ein essenzieller Bestandteil von z. B. Aminosäuren und Kollagen und kann Entzündungen reduzieren.

## Mangan

→ Ist ein essentielles Spurenelement, das am Aufbau von Knochen und Bindegewebe beteiligt ist. Es unterstützt die Bildung von Knorpel und Gelenkstrukturen

## Vitamin E

→ Ist ein starkes Antioxidans. Es schützt die Gelenke vor **oxidativem Stress** und kann helfen, Entzündungen zu reduzieren.

Oxidativer Stress entsteht, wenn im Körper zu viele freie Radikale (schädliche Moleküle, die z. B. durch Stress und Umweltgifte im Körper gebildet werden) und zu wenig Schutzstoffe (Antioxidantien) vorhanden sind.

Essentiell → lebensnotwendig, der Körper kann diese Stoffe nicht selbst herstellen. Diese müssen mit der Nahrung aufgenommen werden.