

Multiwitamina

DLA OSÓB 50+



Świat Zdrowia

tabletki powlekane



Kompleksowe wsparcie organizmu osób po 50. roku życia

Składniki preparatu wpływają korzystnie na:

- utrzymanie zdrowych kości (wapń, fosfor, wit. D, wit. K, cynk, mangan) i zębów (wapń, fosfor, wit. D)
- prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego (wit. C, niacyna, jod, wit. B12, wit. B6, ryboflawina, tiamina, miedź, biotyna)
- zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia (wit. C, niacyna, kwas pantotenowy, żelazo, wit. B6, ryboflawina, foliany, wit. B12)
- prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego (wit. C, cynk, żelazo, wit. A, foliany, wit. D, wit. B6, selen, miedź, wit. B12)
- zwiększanie przyswajania żelaza (wit. C), wspomaganie jego prawidłowego transportu w organizmie (miedź) oraz utrzymanie jego prawidłowego metabolizmu (wit. A, ryboflawina)
- utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych (niacyna, wit. B6, foliany, biotyna, wit. B12, tiamina, wit. C)
- utrzymanie sprawności umysłowej na prawidłowym poziomie (kwas pantotenowy)
- utrzymanie prawidłowego widzenia (cynk, ryboflawina, wit. A)
- prawidłowe funkcjonowanie serca (tiamina)
- utrzymanie prawidłowego poziomu glukozy we krwi (chrom)

Zalecana do spożycia dzienna porcja preparatu: 1 tabletki dziennie, popijając wodą.

Składniki: sole wapniowe kwasu ortofosforowego (wapń, fosfor); substancja wypełniająca: celuloza; kwas L-askorbinowy (wit. C); otoczka [substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza; barwnik: węglan wapnia; substancja wypełniająca: polidekstroza; substancja przeciwzbrylająca: talk; emulgatory: glikol polietylenowy, polisorbit 80; barwniki: tlenki i wodorotlenki żelaza (czarny tlenek żelaza, żółty tlenek żelaza)]; octan DL-alfa-tokoferylu (wit. E); amid kwasu nikotynowego (niacyna); cytrynian cynku (cynk); substancja przeciwzbrylająca: sole magnezowe kwasów tłuszczowych; D-pantotienian wapnia (kwas pantotenowy); octan retinylu (wit. A); fumaran żelaza (II) (żelazo); siarczan manganu (mangan); siarczan miedzi (II) (miedź); cholekalcyferol (wit. D); menachinon (wit. K); chlorowodorek pirydoksyny (wit. B6); chlorowodorek tiaminy (wit. B1); ryboflawina (wit. B2); pikolinian chromu (chrom); kwas pterilomonoglutaminowy (kwas foliowy); cyjanokobalamina (wit. B12); jodek potasu (jod); molibdenian (VI) sodu (molibden); selenian (VI) sodu (selen); D-biotyna (biotyna).

Ostrzeżenie: nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Nie stosować w przypadku uczulenia na któryś ze składników preparatu. Stosować z ostrożnością przy równoczesnym przyjmowaniu innego źródła witaminy A. Ważne jest stosowanie zbilansowanej i zróżnicowanej diety oraz prowadzenie zdrowego trybu życia. Preparat nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety.

1 TABLETKA
DZIENNIE800 µg WITAMINY A
W TABLETCEOPAKOWANIE
NA 2 MIESIĄCE

Czy wiesz, że...

Instytut Żywności i Żywienia (IŻŻ) opracował Piramidę Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Jest ona kierowana do osób zdrowych, a jej celem jest propagowanie zdrowego trybu życia i sposobu żywienia dla zachowania dobrego stanu zdrowia. Podstawą piramidy jest aktywność fizyczna, natomiast kolejne piętra ukazują różne grupy produktów spożywczych oraz proporcje, w jakich powinny być one spożywane w ramach codziennych posiłków. Najważniejsze zasady zdrowego żywienia zgodne z wytycznymi IŻŻ to:

- regularne spożywanie posiłków (4-5 posiłków co 3-4 godziny),
- połowę spożywanych posiłków powinny stanowić warzywa i owoce, a zalecany stosunek warzyw do owoców powinien wynosić 3/4 do 1/4,
- spożywanie pełnoziarnistych produktów zbożowych,
- spożywanie nabiału (zaleca się spożywanie 2 dużych szklanek mleka, można je zastąpić kefirem, jogurtem lub częściowo serem),
- ograniczenie spożycia mięsa, zwłaszcza czerwonego i przetworzonych produktów mięsnych, do 0,5 kg tygodniowo
- w zamian zalecane jest spożycie ryb, nasion roślin strączkowych i jajek,
- ograniczenie spożycia tłuszczów zwierzęcych na korzyść olejów roślinnych,
- unikanie spożywania słodyczy i cukru,
- ograniczanie ilości soli w posiłkach, zamiast soli zaleca się dodawanie ziół,
- picie wody (minimum 1,5 l dziennie),
- niespożywanie alkoholu.

Źródło: <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/zasady-zdrowego-zywienia/piramida-zdrowego-zywienia-i-aktywnosci-fizycznej-dla-osob-doroslych-2/>

Składnik	1 tabletka
Wapń	180 mg (22,5% RWS*)
Fosfor	140 mg (20% RWS*)
Witamina C	120 mg (150% RWS*)
Niacyna	24 mg (150% RWS*)
Witamina E	18 mg (150% RWS*)
Kwas pantotenowy	9 mg (150% RWS*)
Cynk	7 mg (70% RWS*)
Żelazo	3 mg (21,4% RWS*)
Witamina B6	2,1 mg (150% RWS*)
Ryboflawina (witamina B2)	2,1 mg (150% RWS*)
Mangan	1,8 mg (90% RWS*)
Tiamina (witamina B1)	1,65 mg (150% RWS*)

* RWS - Referencyjna Wartość Spożycia

Najlepiej spożyć przed końcem, numer partii - na boku opakowania.

Przechowywanie: w temperaturze dodatniej poniżej 25°C, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed światłem i wilgocią.

Składnik	1 tabletka
Witamina A	800 µg (100% RWS*)
Miedź	0,7 mg (70% RWS*)
Kwas foliowy (foliany)	300 µg (150% RWS*)
Jod	120 µg (80% RWS*)
Biotyna	75 µg (150% RWS*)
Molibden	50 µg (100% RWS*)
Selen	45 µg (81,8% RWS*)
Chrom	40 µg (100% RWS*)
Witamina K	40 µg (53,3% RWS*)
Witamina D	10 µg (200% RWS*)
Witamina B12	3 µg (210% RWS*)

Zawartość: 60 tabletek powlekanych.

Producent: Synoptis Pharma Sp. z o.o., ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa, www.synoptispharma.pl

Poznaj inne produkty marki Świat Zdrowia

SUPLEMENT DIETY



Tralivix

SUPLEMENT DIETY



Arteomea