

WIST JE DAT...

Micronutriënten vitamine K2 en vitamine D3 dragen beide bij aan het behoud van de botten en transporteren calcium naar waar het nodig is: de botten in plaats van de bloedvaten. Vitamine K2 ondersteunt de mineralisatie van botten, terwijl vitamine D3 aan een reguliere opname van calcium bijdraagt en een normaal calciumgehalte in het bloed ondersteunt.

Het hedendaagse dieet voorziet ons niet van voldoende vitamine K2 en D3. Het bewijs groeit dat alle populaties, van neonataal tot geriatrisch, vitamine K2 nodig hebben voor een optimale lichaamsfunctie.

Because the greatest
wealth is your health

Prijzen en
combo deals?

Scan:



Ingrediënten:

Menaquinone-7 (K2VITAL®), Cholecalciferol, Arabische gom (biologisch), Zonnebloemlecithine (biologisch), Rijstmeel (biologisch)

Label Claim

per tablet		%NRV	
Vitamine K2 MK-7	200 µg	268	Bevat 30 tabletten
Vitamine D3	50 µg	1.000	

Dagelijkse dosis (volwassenen): 1 tablet (niet overschrijden)

Bewaren beneden 25°C. Bescherm tegen licht. Het product moet buiten het bereik van jonge kinderen worden bewaard. Raadpleeg uw arts voor inname van dit product als u bloedverdunnende medicijnen gebruikt.

Waarschuwing: voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een gezonde voeding en levensstijl. Dit product is niet bedoeld om enige ziekte te diagnosticeren, behandelen, genezen of voorkomen. Stop het gebruik als u bijwerkingen ervaart.

Marvalous Health

Saffierborch 4
5241 LN Rosmalen
info@marvaloushealth.com
www.marvaloushealth.com



Rosmalen, Nederland



info@marvaloushealth.com



www.marvaloushealth.com



+31 6 51 50 27 26

VITAMINE K2 / D3

Vitamine D en vitamine K versterken elkaar als synergisten en zijn een onmisbare combinatie voor het behoud van een goede gezondheid. Dit product bevat de meest opneembare vormen van beide vitamines, namelijk vitamine D3 en vitamine K2 (als MK-7 of ook wel Menaquinone-7 van K2VITAL®).



Vitamine D3

Vitamine D3 wordt in de huid aangemaakt wanneer deze wordt blootgesteld aan zonlicht. Toch is het tegenwoordig een uitdaging om zelf voldoende vitamine D3 aan te maken. Bij afwezigheid of vermindering van zonlicht wordt vitamine D3 namelijk een essentiële voedingsstof. We kunnen de vitamine uit onze voeding halen, bijvoorbeeld uit vette vis zoals zalm en makreel, lever en eigeel. Helaas is de hoeveelheid vitamine D3 die via de voeding geleverd kan worden nooit zo hoog als onze eigen productie in de huid waardoor we, vaak onbewust, worstelen met vitamine D3-tekorten.

Vitamine D3 is in veel opzichten nodig voor ons lichaam. Het ondersteunt verschillende processen zoals een normaal calciumgehalte in het bloed, het behoud van sterke botten, een goede opname van calcium uit de voeding, een gezond immuunsysteem, het behoud van een sterk gebit en een normale spierfunctie.

Vitamine D3 is uniek omdat het lichaam het zelf aan kan maken: als de zon op onze huid schijnt, wordt daar vitamine D3 gevormd. Het lichaam maakt echter alleen voldoende vitamine D3 aan bij een dagelijkse blootstelling aan de zon van 20 tot 30 minuten, zonder zonnebrandcrème. Helaas is dit in de praktijk vaak niet haalbaar en wordt slechts een klein percentage vitamine D3 via voeding verkregen. Dit maakt een supplement met vitamine D3 voor veel mensen een nuttige extra.

Naarmate men ouder wordt, is de huid minder goed in staat om vitamine D3 aan te maken. Deze vitamine geeft ondersteuning bij het sterk houden van botten en spieren en is daarom erg belangrijk tijdens het verouderingsproces.

Voordelen van vitamine D3

Vitamine D3 is in veel opzichten goed voor uw gezondheid. Het draagt bij aan een normaal calciumgehalte in het bloed, het behoud van normale botten, een normale opname / gebruik van calcium en fosfor, een normaal functionerend immuunsysteem, het behoud van een normaal gebit en normaal functionerende spieren. Vitamine D3 speelt ook een belangrijke rol bij het celdelingsproces. Bovendien is vitamine D3 nodig voor een normale groei en ontwikkeling van de botstructuur en draagt het bij aan een normaal functionerend immuunsysteem van kinderen.

VITAMINE K2 & D3 DE PERFECTE COMBINATIE

Vitamine D en vitamine K zijn belangrijke synergisten: ze versterken elkaar in hun werking. Terwijl vitamine D zorgt voor een normaal calciumgehalte in het bloed, zorgt vitamine K voor de opname van calcium op de juiste plaats - in de botten - in plaats van op ongewenste plaatsen zoals de nieren of bloedvaten.

Daarnaast spelen vitamine D en vitamine K een belangrijke rol bij veel lichamelijke processen. Vitamine K draagt bijvoorbeeld bij aan een normale bloedstolling en draagt, net als vitamine D, bij aan het behoud van sterke botten. Bovendien ondersteunt vitamine D het immuunsysteem en draagt het bij aan het behoud van sterke spieren en tanden.

Vitamine K2 (MK-7)

Vitamine K wordt gedeeltelijk geproduceerd door bacteriën in de dikke darm. Dit gebeurt vanaf een leeftijd van 3 maanden. De hoeveelheid vitamine K die in de darmen wordt geproduceerd, is echter ongeveer de helft van de dagelijkse hoeveelheid die men nodig heeft.

Er zijn 2 soorten vitamine K, namelijk vitamine K1 en vitamine K2. Vitamine K1 (phylloquinone) komt vooral voor in groene bladgroenten zoals spinazie, boerenkool of broccoli. Vitamine K2 (menaquinon) komt met name voor in gefermenteerde producten zoals kwark, kaas of yoghurt. De hoogste concentratie zit in het product Natto: gefermenteerde, extreem slijmerige sojabonen. Door de extreme smaak wordt dit product in Europa echter nauwelijks geconsumeerd.

Vitamine K2 is essentieel voor de botopbouw en een optimale functionering van het cardiovasculaire systeem. Vitamine K2 activeert osteocalcine, een enzym dat helpt bij de opbouw van botten door calcium in de botmatrix te integreren. Als de vitamine K2-spiegels laag zijn, is de activering van osteocalcine onvoldoende en wordt de botvorming verminderd.

Het is wetenschappelijk bewezen dat het innemen van de juiste vitamine K2 (menaquinon-7) helpt om de bloedvaten soepel te houden, wat het risico op een hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten aanzienlijk kan verminderen. Bovendien zorgt vitamine K2 ook voor het transport van calcium van de bloedvaten naar de botten en tanden, waar het hoort.

NOTE: gebruikt u bloedverdünnende medicijnen? Raadpleeg altijd uw arts voordat u een vitamine K2-supplement gebruikt.

Voordelen van vitamine K2

Vitamine K2 (MK7) is belangrijk voor de samenstelling van botten. Deze vitamine speelt namelijk een rol bij de aanmaak en zorgt ervoor dat hun kracht wordt behouden. Naast een ondersteunende functie bieden botten ook bescherming aan de inwendige organen. Goed onderhoud is daarom erg belangrijk. Bovendien draagt vitamine K2 (MK7) bij aan een goede werking van de bloedstolling. Dit is het proces dat bloedverlies door verwondingen beperkt. Bloedstolling vindt plaats wanneer bloed in de bloedvaten wordt blootgesteld aan lucht of een ander oppervlak, waarna het verhardt.