

ROKIVIT

D3

nur 1 Kapsel
pro Woche

Gebrauchsinformation

Kapseln mit 28.000 I.E. (Internationale Einheiten $1 \mu\text{g} = 40 \text{ I.E.}$)
Vitamin D3

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke

Rokivit D3

Rokivit D3 ist ein diätetisches Lebensmittel, das einen besonderen Ernährungszweck hat: Rokivit D3 behandelt einen Vitamin D-Mangel. Es gibt dem Körper Mengen an Vitamin D, die durch normales Essen nicht zugeführt werden können.

Ursachen und Folgen eines Vitamin D-Mangels

Vitamin D trägt bei zu: einem normalen Kalziumspiegel im Blut, zur Erhaltung normaler Knochen, einer normalen Muskelfunktion, zur Erhaltung normaler Zähne und einer normalen Funktion des Immunsystems. Außerdem schützt Vitamin D die Zellen des menschlichen Körpers vor schädlichem Stress.

Die Ursachen für einen Vitamin-D-Mangel: zu wenig Sonnenlicht und Aufenthalt im Freien, vor allem auch im Winter für die Bewohner Nord- und Mitteleuropas. Außerdem kann es bei erhöhtem Lebensalter, Fettleibigkeit/Übergewicht sowie bei Schwangerschaft und bei Frauen im Wechsel zu einem Vitamin D-Mangel kommen.

Laut wissenschaftlicher Literatur kann Vitamin-D-Mangel zu Störungen

des Knochenwachstums bei Kindern (Rachitis) und bei Erwachsenen zu Osteomalazie [schmerzhafte Knochenverweichung], sowie besonders im Alter zu Osteoporose führen. Weiters wurde Vitamin-D-Mangel bei verschiedenen Arten von Krebs, Herz- und Kreislauferkrankungen, Störungen der Funktion des Immunsystems, Diabetes Typ 1 und Typ 2, Gelenkerkrankungen, Entzündungen im Darm, Infektionskrankheiten und Nervenkrankheiten beobachtet (J Clin Endocrin Metab 2011; 96: 1911–1930).

Empfohlene Dosis

Laut den internationalen Richtlinien wird eine wöchentliche Gesamtdosis bis zu 28.000 I.E. bei Kindern und Jugendlichen von elf bis 17 Jahren sowie bei Erwachsenen empfohlen. Für Kinder von ein bis zehn Jahren gilt 14.000 I.E. [Quelle: EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies

(NDA); Scientific Opinion on the Tolerable Upper Intake Level of Vitamin D. EFSA Journal 2012;10(7): 2813 [45 pp] doi:10.2903/j.efsa.2012.2813]

Anwendung von Rokivit D3

Eine Kapsel pro Woche mit ausreichend Flüssigkeiten schlucken. Kinder zwischen ein und zehn Jahren eine Kapsel alle zwei Wochen.

Inhaltsstoffe: Cholecalciferol (Vitamin D3), Sonnenblumenöl, Gelatine, Glycerin
Packungsinhalt: 8 ovale Kapseln

Hinweise: Rokivit D3 soll angewendet werden, wenn ein Vitamin-D-Mangel ärztlich festgestellt wurde. Von Kindern fernhalten. Kein Ersatz für eine ausgewogene Diät.

Trocknen und bei Raumtemperatur aufbewahren.

In Apotheken erhältlich.

www.rokivit.at

Angaben zum Nährwert	Pro Kapsel (Empf. wöchentliche Dosis für Erwachsene)	Per 100g
Vitamin D ₃ I.E.	28.000	100.000.000
Gesamtenergiegehalt (Kcal)	5,4	750
Eiweiß (g)	0,150	20.833
Kohlenhydrate (g), davon: Zucker Polyalkohole	0,069 <0,01 0,069	9,583 <0,01 9,583
Fett (g), davon: Gesättigte Fettsäuren	0,5 0,053	69,44 7,291
Faserstoffe (g)	<0,01	<0,01
Natrium (g)	<0,01	<0,01

ROKIVIT D3

only 1 capsule
per week

Information for use

Capsules that contain 28,000 I.U. (International Units 1 µg = 40 I.U.) of Vitamin D3

Dietary supplement

Rokivit D3

Rokivit D3 is a dietary supplement for the treatment of Vitamin D3 deficiency. It provides amounts of Vitamin D which cannot be attained through a normal balanced diet.

The reasons and the effects of Vitamin D deficiencies

Vitamin D contributes to normal absorption/utilization of calcium and phosphorus, normal blood calcium levels, maintenance of normal bone structure, teeth, muscle function, function of the immune system, protects cells from oxidative stress and has a role in the process of cell division.

Reasons for Vitamin D deficiencies: insufficient exposure to sunlight, in particular in Northern and Central Europe during the winter. Moreover, Vitamin D deficiencies can occur with age, from obesity as well as during pregnancy and menopause.

Vitamin D deficiency may impair bone development in children (rickets) and cause painful osteomalacia and osteoporosis in adults. According to scientific literature, Vitamin D deficiency is associated with an increased risk

of several cancers, cardiovascular disease, autoimmune diseases, diabetes type 1 and type 2, rheumatoid arthritis, inflammatory bowel disease, multiple sclerosis and infectious diseases (J Clin Endocrin Metab 2011; 96: 1911–1930).

Recommended dosage

According to the international guidelines, the weekly recommended dose is up to 28,000 I.U. for adults and children between the age of 11 and 17. For children between the ages of 1 and 10, the weekly recommended dose is 14,000 I.U. [Source: EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA); Scientific Opinion on the Tolerable Upper Intake Level of Vitamin D. EFSA Journal 2012; 10(7): 2813 [45 pp] doi:10.2903/j.efsa.2012.2813].

How to take Rokivit D3

Swallow one capsule per week with plenty of water. Children between the age of one and ten should take one capsule every two weeks.

Ingredients: Cholecalciferol (Vitamin D3), sunflower oil, gelatine, glycerine

Content: 8 oval capsules

Further information: Rokivit D3 should be taken in case of a medically confirmed Vitamin D deficiency. It should be kept away from children. It does not replace a balanced diet.

Keep dry and store at room temperature.

Available in pharmacies.

www.rokivit.at

Nutrition facts	Per capsule (recommended weekly dose for adults)	Per 100g
Vitamin D ₃ I.U.	28,000	100,000,000
Energetic value [Kcal]	5.4	750
Protein [g]	0.150	20,833
Carbohydrates (g), of which:	0.069	9,583
Sugars	<0.01	<0.01
Polyalcohol	0.069	9,583
Fat (g), of which:	0.5	69.44
Saturated fatty acids	0.053	7,291
Fiber [g]	<0.01	<0.01
Sodium [g]	<0.01	<0.01