

ForMeds BICAPS K2 D3, 60 kapsułek



Cena: 58,49 zł

Opis słownikowy

| | |
|-------------|--------------------|
| Opakowanie | 60 kapsułek |
| Postać | kapsułki |
| Producent | FORMEDS SP. Z O.O. |
| Rejestracja | |

Opis produktu

Suplement diety BICAPS® K2 D3 zawiera 100 µg mikrokapsułkowanej witaminy K (K2 MK-7), 2 000 IU witaminy D (D3) oraz 300 mg inuliny w 1 kapsułce bez żadnych dodatków. Produkt odpowiedni dla wegetarian i wegan. Witamina K jest pozyskiwana z olejów roślinnych (geraniol, farnesol), bez użycia soi.

- Naturalna kapsułka z pullulanu

Pullulan jest otrzymywany w naturalnym procesie fermentacji. Podczas produkcji nie stosuje się surowców pochodzenia zwierzęcego, dlatego kapsułka jest odpowiednia dla wegetarian i wegan.

- Przejrzysty skład

Produkty nie zawierają sztucznych wypełniaczy, przeciwzbrylaczy i barwników, takich jak: stearynian magnezu, dwutlenek krzemu, dwutlenek tytanu itp.

- Pojemnik i etykieta z roślinnych surowców

Witamina D3 (cholekalcyferol) wytwarzana jest w skórze pod wpływem promieni słonecznych (UV) w okresie od kwietnia do września, w słoneczne dni między godziną 10:00-15:00. Z badań epidemiologicznych wynika, że ze względu na położenie geograficzne i klimat Polski oraz nadużywanie kremów z filtrem UV, ponad 90% populacji naszego kraju ma deficyty witaminy D3, dlatego codzienne jej zażywanie

odgrywa ogromną rolę w zapobieganiu wielu schorzeniom przewlekłym (6). Suplementację należy rozważyć w miesiącach jesienno-zimowych, ale również wiosenno-letnich dla osób, które ze względu na tryb pracy czy życia nie mają możliwości przebywania na słońcu.

Funkcje witaminy D3:

Witamina D3 odgrywa ogromną rolę w dbaniu o zdrowy układ kostny i zęby, gdyż wspomaga wchłanianie oraz wykorzystanie wapnia i fosforu. Konsekwencją jej niedoborów jest upośledzenie mineralizacji kości, a więc wysokie ryzyko chorób tj: krzywica, osteopenia i osteoporoza. W związku z tym, że witamina D3 odpowiada za utrzymanie prawidłowego stężenia wapnia we krwi, który jest niezbędny w procesie przechodzenia impulsu nerwowego i skurczu mięśni, wpływa także na prawidłowe działanie układu nerwowego i mięśniowego. Witamina D3 w połączeniu z wapniem może pomóc w profilaktyce nadciśnienia tętniczego i chorób z nim związanych. Ponadto witamina D3 jest odpowiedzialna za utrzymanie prawidłowego poziomu białka, które wchodzi w skład "dobrego" cholesterolu HDL. U osób z wyższym poziomem cholekalcyferolu we krwi stwierdzono wyższy poziom HDL (w porównaniu do osób z niskim poziomem tej witaminy w surowicy). Udowodniono, że witamina D3 jest niezbędna do prawidłowego funkcjonowania komórek β wysp trzustki. Witamina D3 działa stymulująco na wydzielanie insuliny, a co za tym idzie- utrzymuje prawidłowe stężenie glukozy we krwi, przez co może zapobiec cukrzycy typu II. Co ważne, wpływ witaminy D3 na działanie insuliny w komórkach mięśni szkieletowych i tkanki tłuszczowej jest również zależny od wapnia. Odpowiedni poziom witaminy D3, jest kluczowy dla zdrowia alergików. W chorobach alergicznych cholekalcyferol zwiększa produkcję przeciwalergiczych i przeciwzapalnych cytokin wytwarzanych przez komórki immunologiczne, które mają działanie silnie przeciwzapalne i przeciwalergiczne. Osoby z chorobami alergicznymi tj. katar sienny, astma oskrzelowa, czy osoby z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc powinny utrzymywać odpowiedni poziom witaminy D3, ponieważ jej niedobór, zwiększa ryzyko wystąpienia infekcji dróg oddechowych. Witamina D3 ma duże znaczenie dla prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego i dobrego samopoczucia. Odpowiedni poziom witaminy D3 może chronić przed depresją, obniżonym nastrojem czy otępieniem. Niski poziom witaminy D3 może powodować dyskomfort, uczucie zmęczenia, przygnębienie charakterystyczne dla okresu jesienno-zimowego. Badania wykazały, że dostateczna suplementacja witaminą D3 podczas ciąży może znacząco zmniejszać liczbę powikłań, w tym cięć cesarskich, nadciśnienia ciążowego oraz chorób współistniejących w czasie ciąży.

Witamina D3:

- pomaga w prawidłowym wchłanianiu/wykorzystywaniu wapnia i fosforu,
- pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu wapnia we krwi,
- pomaga w utrzymaniu zdrowych kości,
- pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu mięśni,
- pomaga w utrzymaniu zdrowych zębów,
- pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego,
- bierze udział w procesie podziału komórek.

Rodzaje witaminy K:

Termin witamina K nie dotyczy tylko jednego związku, a co najmniej trzech głównych: witaminy K1 (fitomenadion), K2 (menachinon) i K3 (menadion). Ze względu na różnice w budowie chemicznej witaminy te cechują się zupełnie inną aktywnością biologiczną, skutecznością i biodostępnością, wpływając na ich funkcjonowanie w organizmie.

Witamina K1 i K3

Witamina K1 jest słabo wchłaniana i nie jest magazynowana w wątrobie. Witamina K3 jest syntetycznym, pozbawionym alifatycznego łańcucha bocznego analogiem witaminy K, pełniącym rolę prowitaminy.

Witamina K2

Najbardziej pożądaną jest witamina K2, ponieważ jest ona wykorzystywana przez wątrobę i redystrybuowana przez krew w całym organizmie. Dzięki temu jest łatwo dostępna dla tkanek pozawątrobowych (np. kości i ściany naczyń krwionośnych). Witamina K2 jest związkiem głównie tworzonym przez bakterie w produktach fermentowanych takich jak sery, jogurty, kefir, kapusta kiszona. Można ją dalej podzielić na kilka różnych podtypów, jednak najważniejsze są MK-4 i MK-7, przy czym MK-7 ma najdłuższy czas półtrwania w organizmie.

Działanie witaminy K2:

Wpływ na kości i układ krwionośny

Przez wiele lat witaminie K przypisywano wyłącznie rolę w procesie krzepnięcia krwi. W wyniku badań okazało się, że witamina ta jest również istotna w procesie regulacji wapnia. Witamina K przyczynia się bowiem do wzrostu poziomu białek MGP (Matrix GLA Protein), odpowiedzialnych za transport wapnia w organizmie. Przy niedoborze witaminy K białka te pozostają nieaktywne, co prowadzi do odkładania się wapnia w naczyniach krwionośnych (żyły, tętnice). Z kolei nadmiar wapnia w naczyniach krwionośnych jest jedną z przyczyn występowania w nich niekorzystnych zmian. Dodatkowo wapń nie może zostać wbudowywany do kości narażając je na osłabienie i problemy zwyrodnieniowe.

Witamina K2 - podsumowanie:

- przyczynia się do prawidłowego krzepnięcia krwi
- pomagają w utrzymaniu zdrowych kości i prawidłowego stanu układu krążenia (udział w procesie regulacji wapnia)

Dawkowanie:

Spożyć 1 kapsułkę 1 raz dziennie w trakcie posiłku.

Ostrzeżenia i ważne informacje:

Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia w ciągu dnia. Produkt nie może być stosowany przez kobiety w ciąży, karmiące i dzieci bez konsultacji lekarskiej. Produkt nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Nie stosować w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników. Witaminy K nie przyjmować przy jednoczesnym stosowaniu leków przeciwzakrzepowych lub przeciwplatekcyjnych. Przed zastosowaniem wskazane jest wykonanie badania 25-(OH)D we krwi oraz konsultacja wyniku badania z lekarzem lub farmaceutą. Zalecamy zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia.

Skład:

Porcja dzienna - 1 kapsułka zawiera (referencyjna wartość spożycia %):

- Witamina K (K2 MK-7) - 100 µg (133 %),
- Witamina D (D3) - 50 µg (1 000 %)/ 2 000 IU,
- Inulina - 300 mg.

*IU - International Unit (1 µg = 40 IU).

Składniki: inulina (korzeń cykorii), pullulan (otoczka kapsułki), witamina K (mikrokapsułkowany menachinon-7), witamina D (mikrokapsułkowany cholekalcyferol z porostów).