

# Calcium Verla® Vital

Vitalstoffe für gesunde und stabile Knochen

Tabletten

## Liebe Kundin, lieber Kunde!

Sie haben **Calcium Verla® vital** gekauft, weil Sie etwas Gutes für Ihre **Gesundheit** tun wollen. Neben viel Bewegung ist eine frühzeitige und **ausgewogene Zufuhr spezieller Vitalstoffe** wichtig für Ihre Knochen. Unser **Knochengengerüst** ist kein starres Gebilde. Das gesamte Skelettsystem ist auch im Erwachsenenalter ständigen Umbauprozessen ausgesetzt, für die bestimmte Nährstoffe entscheidend sind. Wichtige Bausteine für unsere Knochen sind dabei die **Mineralstoffe Calcium und Magnesium**. Für den Erhalt der normalen Knochenstruktur spielen **Vitamin D, Zink und Vitamin K** eine wichtige Rolle.

Calcium  
 $\text{Ca}^{2+}$

ist der wichtigste Baustoff der Knochen, macht sie fest und belastbar. Etwa 99 % des gesamten Calciumbestandes des Körpers ist im Knochengengerüst eingebunden.

Magnesium  
 $\text{Mg}^{2+}$

sorgt wie das Calcium für die Knochenfestigkeit und wird ebenfalls zu einem großen Teil eingelagert.

Zink  
 $\text{Zn}^{2+}$

unterstützt den Erhalt gesunder Knochen, da es verschiedene wichtige Funktionen im Knochenstoffwechsel erfüllt.

Vitamin D  
 $\text{D}_3$

ist das wichtigste Vitamin für die Knochen. Vitamin D fördert die Aufnahme von Calcium aus dem Darm in den Blutkreislauf. Zusätzlich ist es für die Einlagerung von Calcium in die Knochen notwendig.

Vitamin K  
 $\text{K}$

ist wichtig für die Produktion von körpereigenen Eiweißstoffen bei der Knochenbildung.

## Verzehrempfehlung

3 Tabletten pro Tag (1-mal 3 oder über den Tag verteilt) mit Flüssigkeit einnehmen.

## Hinweis

Die Zufuhr von Vitamin K mit Calcium Verla® vital in der empfohlenen Tagesdosis hat keinen Einfluss auf die Wirksamkeit von Arzneimitteln zur Hemmung der Blutgerinnung (Vitamin-K-Antagonisten, z. B. Marcumar®, Coumadin®).

## Nur in Ihrer Apotheke

Das Nahrungsergänzungsmittel ist erhältlich in Packungen mit 100 oder 200 Filmtabletten.



Mineralstoff-  
kompetenz

# Calcium Verla® *Vital*

Vitalstoffe für gesunde und stabile Knochen

Tabletten

## Auch ein harmonischer Säure-Basen-Haushalt ist wichtig für die Knochengesundheit

Achten Sie darauf, dass Sie sich nicht „zu sauer“ ernähren. Dabei spielt der Geschmack der Nahrungsmittel keine Rolle: **Zitrusfrüchte** wie saure Zitronen wirken im Körper nicht sauer. Sie liefern sogar **Basen** – die Gegenspieler der Säuren. Dagegen wirken **Fleisch- und Wurstwaren** sowie **Getreideprodukte** sauer, da ihre Inhaltsstoffe im Körper unter **Bildung von Säuren** abgebaut werden.

Ein Zuviel an Säuren im Körper fördert die **Freisetzung von Calcium aus den Knochen**. Das kann auf Kosten der **Knochenfestigkeit** gehen. Unsere übliche Ernährung ist säureüberschüssig. Sie sollten deshalb auf eine ausreichende Zufuhr von Basen achten. **Besonders basenreich sind Obst und Gemüse**. Außerdem ist Zink wichtig für einen **gesunden Säure-Basen-Haushalt** und den Erhalt von **gesunden Knochen**.

Verla-Pharm wünscht Ihnen alles Gute!

Die Marke **Verla®** steht für hochwertige Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel.

Das mittelständische Familienunternehmen **Verla-Pharm** mit Sitz in Oberbayern entwickelt und produziert mit modernster Technik und höchsten Qualitätsstandards überwiegend in Deutschland. Zusammen mit ihrer „sportlichen“ Tochter **Xenofit® GmbH** ist die Unternehmensgruppe seit mehr als 25 Jahren nach **EMAS** umweltzertifiziert. Eine ökologische Produktion sowie ein nachhaltiger und schonender Umgang mit Ressourcen haben bei uns traditionsgemäß einen hohen Stellenwert.

Unsere Mineralstoff- und Vitaminprodukte aus Ihrer Apotheke:

**Magnesium Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Zink Verla® C purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Eisen Verla® C purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Kalium Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Selen Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Vitamin D Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Basenpulver Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**B-Komplex Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Melisse Verla® purKaps**, Cellulose-Kapseln

**Magnesium Verla® 300**, Granulat

**Magnesium Verla® 400 direkt**, Direkt-Granulat

**Magnesium Verla® 400 Kapseln**, Cellulose-Kapseln

**Magnesium Verla® direkt**, Direkt-Granulat

**Magnesium Verla® Kautabs**, Kautabletten

**Magnesium Verla® plus**, Granulat

**Zinkletten Verla®**, Lutschtabletten

**Zink Verla® C**, Granulat

**Zink Verla® immun Caps**, Cellulose-Kapseln

**Zink Verla® immun Kautabs**, Kautabletten

**Eisen Verla® plus direkt**, Direkt-Granulat

**Vitaverlan®**, Tabletten

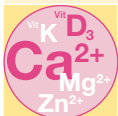


**Calcium Verla® D direkt**, Direkt-Granulat

**Calcium Verla® vital**, Tabletten

Gerne stehen wir Ihnen bei Fragen oder für weitere Informationen zu unseren Produkten zur Verfügung:

☎ 0800 1044443 (kostenfrei), ✉ [service@verla.de](mailto:service@verla.de)



Verla-Pharm Arzneimittel GmbH & Co. KG, Postfach 1261, 82324 Tutzing  
[www.verla.de](http://www.verla.de)