


## Gebrauchsinformation




Liebe Leser und Verwender von  **K2 Protect**<sup>®</sup>, wir freuen uns, dass Sie sich für ein innovatives Produkt der Firma K2 Medical Care GmbH entschieden haben. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Nahrungsergänzungsmittels beginnen.


In dieser Gebrauchsinformation finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zu Einnahme und möglichen Begleiterscheinungen. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker. Gerne beraten auch wir von „K2 Medical Care GmbH“ Sie mit fachkundigem Personal unter der Service-Nummer: 0 59 07 / 94 94 582 zu unseren Produkten.

Bei der „K2 Medical Care GmbH“ steht aus gutem Grund das „K2“ im Firmennamen: Die K2 Medical Care GmbH entwickelt und hat sich auf den Vertrieb von Produkten spezialisiert, die stets Vitamin K2 enthalten, welches als einer der wichtigsten Mikronährstoffe eine besondere Rolle bei uns spielt. Das Wissen rund um dieses einzigartige Vitamin ist teilweise erst in den letzten Jahren entstanden und die Kenntnisse über dessen wahre Rolle bei der Gesunderhaltung des menschlichen Körpers sind noch recht neu. Vitamin K2 ist besonders wichtig für den Stoffwechsel, den Transport und die korrekte Verteilung von Calcium in unserem Körper, indem es entscheidende Transportproteine erst aktiviert. So wird der Körper dabei unterstützt, Calcium effektiv aus unserem kardiovaskulären System (Arteriosklerose oder Arterienverkalkung), aber auch Weichteilen (z.B. Niere, Prostata, weibliche Brust) zu halten bzw. Calcium aktiv aus der Blutbahn in die Knochen zu transportieren. Auch in unseren Gelenken kann sich fehlgeleitetes Calcium ablagern (Chondrocalcinosen).

### Was ist **K2 Protect**<sup>®</sup> ?

 **K2 Protect**<sup>®</sup> ist ein Nahrungsergänzungsmittel, welches frei von Zucker und Süßungsmitteln ist. Es wird in Deutschland nach höchsten Qualitätsrichtlinien (GMP/HACCP) hergestellt. Das Produkt unterliegt strengen Qualitätskontrollen. Stabilitätsanalysen sind vorhanden, werden regelmäßig durchgeführt und können bei uns angefragt werden.


### Wo setze ich **K2 Protect**<sup>®</sup> ein?

 **K2 Protect**<sup>®</sup> mit Vitamin K2 (mikroverkapselt), Vitamin D3, Vitamin C, Vitamin B1 und Magnesium dienen zur Unterstützung und Stärkung der körpereigenen Funktionen zur Prophylaxe und bei Erkrankungen aufgrund von Vitamin K2, Vitamin D3, Vitamin C, Vitamin B1 und Magnesium-Mangel.

### Wie nehme ich **K2 Protect**<sup>®</sup> ein?


- K2 Protect<sup>®</sup> steht Ihnen als Kapsel zur Anwendung während einer Mahlzeit zur Verfügung.
- Die Kapseln lassen sich leicht öffnen und das Pulver z.B. auch in Joghurt einrühren.
- Bitte sprechen Sie mit Ihrem Therapeuten bezüglich Ihrer individuell richtigen Dosierempfehlung !

### Welche Eigenschaften und Merkmale haben die enthaltenen Mikronährstoffe?

 **K2 Protect**<sup>®</sup> enthält mit dem mikroverkapselten Vitamin K2 (MK-7), Vitamin D3, Vitamin C und Vitamin B1 wichtige Vitamine für unsere kardiovaskuläre Gesundheit! Vitamin K2 und Vitamin D3 sowie Magnesium wirken einer Arterienverkalkung entgegen und sind entscheidend an der Erhaltung eines geschmeidigen arteriellen und venösen Systems beteiligt. Sie werden dabei synergistisch von Vitamin C und Vitamin B1 unterstützt. Ebenfalls sind die enthaltenen Substanzen essenziell für den Erhalt gesunder Knochen und Gelenke. Vitamin K2 und C sind dabei auch wichtig und unterstützend für die Kollagensynthese.


## K2 Protect®

**Vitamin K** erfüllt zentrale Aufgaben im Knochenstoffwechsel und ist im Zusammenspiel mit Vitamin D für die Erhaltung normaler Knochen entscheidend. In den Kapseln der K2 MedicalCare GmbH ist langkettiges **mikroverkapseltes** Vitamin K<sub>2</sub> (all-trans MK-7) enthalten. Dadurch ist es besonders gut bioverfügbar und kann vom Körper deutlich besser verwendet werden als Vitamin K<sub>1</sub> oder Vitamin K<sub>2</sub> MK-4 (meist aus tierischer Ernährung stammend). Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt zur Gesunderhaltung die Aufnahme von 80-100 µg Vitamin K pro Tag.

**Vitamin D** wird ebenfalls für die Erhaltung von Knochen und Zähnen, der Muskelfunktion und des Immunsystems benötigt. Bei zu wenig Sonneneinstrahlung reichen die körpereigene Bildung von Vitamin D in der Haut und die Zufuhr über Lebensmittel in der Regel nicht aus. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) sowie die deutsche Gesellschaft für Osteologie (Knochengesundheit) empfiehlt zur Gesunderhaltung die Aufnahme von 20-25 µg (800 -1.000 I.E.) Vitamin D pro Tag (geschätzte adäquate Zufuhr zur Gesunderhaltung). Dies entspricht einer Kapsel  K2 Protect®. Im Falle eines bereits bestehenden Vitamin D Mangels oder bei bereits gestellter Diagnose Osteoporose kann ihr Therapeut, insbesondere in den Anfängen der Therapie, auch höhere Mengen der Einnahme an Vitamin D für sinnvoll erachten.

Vitamin D<sub>3</sub> steuert die Aufnahme von Calcium aus der zugeführten Nahrung ins Blut und hat darüber hinaus noch viele weitere bedeutende Funktionen im Körper. Dieses Calcium muss der Körper verwerten können, denn sonst lagert es sich als nutzlose und schädliche Schlacke im Körper ab. In der Folge kommt es langfristig zu gefährlichen Verkalkungen von Gefäßen und Organen – nicht weil der Calcium-Spiegel steigt, sondern weil Vitamin K<sub>2</sub> zur Verwertung und zum korrekten Transport des Calciums durch unseren Körper fehlt.






**Vitamin C** unterstützt das Immunsystem, den Energiestoffwechsel, das Nervensystem, die Kollagensynthese und die Knochenbildung. Es hilft darüber hinaus die Zellen vor oxidativen Stress zu schützen.

**Vitamin B1** trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, normalen Funktion des Nervensystems und einer normalen Herzfunktion bei und passt deshalb ausgezeichnet zu den kardioprotektiven Effekten von  K2 Protect®

### Wie lange soll ich K2 Protect® einnehmen?




Zur Abdeckung des spezifisch erhöhten Mikronährstoffbedarfs empfiehlt sich die regelmäßige, langfristige und konsequente Einnahme, mindestens aber erst einmal 6 - 12 Monate. Während dieser Zeit kann der allgemeine Zustand vom Therapeuten nochmals begutachtet und dann individuell über eine langfristige Einnahme entschieden werden.

### Was muss ich beachten?

-  K2 Protect® ersetzt keine sonstige ärztliche Therapie oder Medikation.
- Die in  K2 Protect® enthaltenen Mengen der Mikronährstoffe sind zur prophylaxe Behandlung und/oder zur unterstützenden Behandlung bei Erkrankungen aufgrund eines Vitamin K<sub>2</sub> und/oder Vitamin D<sub>3</sub> Mangels zusammengestellt, auf einem gesteigerten Mikronährstoffbedarf abgestimmt und im Allgemeinen ausreichend.
- Bei bisheriger Einnahme von anderen Vitamin D<sub>3</sub> – Produkten sollten das D<sub>3</sub> Präparat für den Zeitraum der Einnahme von  K2 Protect® abgesetzt werden. Im Falle eines Arzneimittels wie Dekristol nur in Rücksprache mit Ihrem Arzt.
- Es handelt sich bei  K2 Protect® nicht um ein vollständiges Lebensmittel, sondern um ein Nahrungsergänzungsmittel und ist kein Ersatz für eine normale Mahlzeit. Ernähren Sie sich weiterhin ausgewogen und gesund. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.
- Bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten, welche die Blutgerinnung beeinflussen (wie z.B. Marcumar® oder Warfarin®), müssen die Blutgerinnungsparameter (INR-Wert/Quick-Wert), vor allem bei Beginn und Beendigung der Behandlung, engmaschig kontrolliert werden. In diesem Fall sollte die Einnahme von  K2 Protect® in jedem Fall unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

**Stand der Gebrauchsinformation: Januar 2020**

### Weitere nützliche Hinweise!

-  **K2 Protect**<sup>®</sup> ist lactose- und glutenfrei, für Vegetarier geeignet, unbedenklich bei Allergien gegen Eiweiß und Soja sowie ohne Gentechnik hergestellt. Die Inhaltsstoffe sind natürlichen Ursprungs.
-  **K2 Protect**<sup>®</sup> steht auf der sogenannten „Kölner Liste“ und fällt dementsprechend nicht unter die Doping-Liste.
- Bedarfsanpassungshinweis gemäß § 14b Abs. 5 DiätV: Eine Nahrungsergänzung wie  **K2 Protect**<sup>®</sup> ohne Makronährstoffe enthält grundsätzlich keine nennenswerten Energiemengen. Daher sollte sich die Höhe der Tageszufuhr für die einzelnen Nährstoffe auf den durchschnittlichen Energiebedarf eines Erwachsenen pro Tag in Höhe von 2.000 kcal (= 8.374 kJ) beziehen (Empfehlung des Arbeitskreises Lebensmittelchemischer Sachverständiger der Länder und des Bundesamtes für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit ALS).

### Wie lagere ich **K2 Protect**<sup>®</sup> ?

- Bewahren Sie das Produkt bevorzugt kühl, trocken und außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

### In welchen Darreichungsformen ist **K2 Protect**<sup>®</sup> erhältlich?


- In Verpackungseinheiten zu 60 oder 180 Kapseln aus Cellulose zum Einnehmen / Schlucken mit ausreichend Flüssigkeit während einer Mahlzeit.

### Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie Fragen haben zum Einsatz von Mikronährstoffen oder mehr über K2 Medical Care GmbH erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 0 5907 / 94 94 582 gerne weiter. Weitere Hinweise finden Sie unter: [www.k2-medicalcare.de](http://www.k2-medicalcare.de).


### Vitamin K2- das besondere Vitamin K

Bei den beiden bekannten, therapeutisch einsetzbaren Formen des Vitamin K, nämlich Vitamin K1 und Vitamin K2, sind nach heutigem Erkenntnisstand klare Unterscheidungen zu treffen:

**VITAMIN K1:** Dessen Hauptaufgabe ist die Regulierung der Blutgerinnung, durch Aktivierung Vitamin K1 abhängiger Gerinnungsfaktoren – für diese lebenswichtige Funktion ist an erster Stelle das Vitamin K1 verantwortlich. Es ist von keinem für die unterstützende Behandlung bei Osteoporose, Arthrose/Polyarthrose oder Arteriosklerose nennenswerten Nutzen und ist dem entsprechend in  **K2 Protect**<sup>®</sup> nicht enthalten.


**VITAMIN K2:** Seine Aufgaben im Körper sind deutlich vielseitiger. Natürliches Vitamin K2 aktiviert diverse Proteine, wie z.B. Matrix GLA Protein (MGP) und Osteocalcin und ermöglicht es dem Körper so, **Calcium** aus dem kardiovaskulären System fern zu halten und zum richtigen Platz im Körper zu transportieren – den Knochen. Generell spielt Vitamin K2 eine entscheidende Rolle bei einem gesunden und natürlichen Calciumstoffwechsel/ Calciumtransport in unserem Körper. Für weitere Informationen zum Thema Vitamin K2 siehe: [www.VitaminK2.org](http://www.VitaminK2.org)

## Zusammensetzung:

Substanzen:	Inhalt einer Kapsel: 	Aufgaben der einzelnen Mikronährstoffe:
<b>Vitamine:</b>		
VITAMIN K2	180 µg	Aktivierung (Carboxylierung) von speziellen Proteinen (Osteocalcin / Matrix-Gla-Protein (MGP) / Gas6) – die das Calcium aus den Bereichen entfernen wo es nicht hingehört und leiten das Calcium an die Stellen im Körper - wo es benötigt wird! Verantwortlich für die Aktivierung von insgesamt 16 verschiedenen Proteine, die alle diverse Stoffwechselabläufe positiv beeinflussen
VITAMIN D3 entsprechend I.E.:	25 µg / 1.000 I.E.	Sorgt für die normale Aufnahme und Verwertung von Calcium aus dem Darm ins Blut sowie für einen ausgewogenen Calciumspiegel, unterstützt den Einbau von Calcium im Knochen, zudem wichtig für viele Vitamin D3 abhängige Stoffwechselvorgänge und essentiell wichtig für jeden Körper – einzigartige Synergieeffekte mit Vitamin K2
Vitamin C	30 mg	Es unterstützt das Immunsystem, den Energiestoffwechsel, das Nervensystem, die Kollagensynthese und die Knochenbildung. Es hilft darüber hinaus die Zellen vor oxidativen Stress zu schützen.
Vitamin B1 / Thiamin	3 mg	Trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, normalen Funktion des Nervensystems und einer normalen Herzfunktion bei
<b>Mineralstoffe / Spurenelemente:</b>		
Magnesium-Citrat	65 mg	Wirkt entzündungshemmend, erhöht die Leistungsfähigkeit, entspannt die Muskulatur
<b>Zusätze:</b>		
Siliciumdioxid, Kapselhülle Hydroxymethylpropylcellulose		

Mikroverkapseltes Vitamin K2 (MK-7) wird synthetisch über einen fermentativen (bakteriellen) Prozess aus Rosen und Geranienblättern hergestellt. Alle weiteren Inhaltsstoffe sind natürlichen Ursprungs. Eine Kapsel hat keinen nennenswerten Brennwert. Ohne Magnesium Stearat! Für Diabetiker geeignet.

## Besonderheiten und weitere Mikronährstoffe!

- Die Zusammenstellung von  folgt neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft und Medizin, steht im Einklang mit den Empfehlungen der Fachgesellschaften und ist in Zusammenarbeit mit führenden Fachleuten auf diesem Gebiet festgelegt worden.
- Um den allerhöchsten Qualitätsansprüchen gerecht zu werden, werden in K2 Protect® nur auserlesene Rohstoffe, wie etwa das patentierte „mikroverkapselte“ Vitamin K2 (MK-7) all trans verwendet. Dieses ist deutlich stabiler und langlebiger z.B. in Kapseln und Tabletten und zerfällt im Laufe der Mindesthaltbarkeit nicht. Dadurch ist gewährleistet, dass über die gesamte Laufzeit genau die Menge an Vitamin K2 MK-7 enthalten ist, die außen angegeben ist. Vitamin K2 (MK-7) mikroverkapselt wird von unserem Körper besser aufgenommen und verweilt auch deutlich länger. Somit werden immer ausreichende Mengen Vitamin K2 zur Aktivierung (Carboxylierung) der Proteine zur Verfügung gestellt.
- Vitamin D3 wird organisch aus Schafswolle (Lanolin) gewonnen und dient einer besseren Aufnahme des Calciums aus der Nahrung aus dem Darm ins Blut sowie einer gesteigerten Calciumeinlagerung in die Knochen.

## Nebenwirkungen

In der Regel ist K2 Protect® sehr gut verträglich. Sollte es dennoch zu Unverträglichkeiten kommen sollte nur eine Kapsel pro Tag eingenommen werden. Sollte sich wider Erwarten dennoch eine Unverträglichkeit gegen das Nahrungsergänzungsmittel bzw. einen seiner Inhaltsstoffe einstellen, so sollten Sie die Einnahme unverzüglich unterlassen und mit Ihrem behandelnden Arzt sprechen.

## Weitere Informationen:



60 Kapseln  
PZN: 128 950 48



180 Kapseln  
PZN: 128 950 54

Mindesthaltbarkeit bis:

**K2 Protect® erhalten Sie in Ihrer Apotheke oder direkt beim Hersteller und Vertreiber über die Service-Nummer: 05907 / 9494 582 oder unter [www.k2-medicalcare.de](http://www.k2-medicalcare.de).**

### Hergestellt für und Vertrieb durch:

K2 Medical Care GmbH  
Gartenstraße 19  
D-49744 Geeste / Osterbrock

Amtsgericht Osnabrück: HRB 209 772

### Zu erreichen über:

Tel.: 0049 (0) 5907 / 9494 582  
Fax: 0049 (0) 5907 / 9495 102  
Email: [info@k2-medicalcare.de](mailto:info@k2-medicalcare.de)  
Website: [www.k2-medicalcare.de](http://www.k2-medicalcare.de)