

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

wir freuen uns, dass Sie sich für **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** entschieden haben und bedanken uns für Ihr Vertrauen. Sie haben mit **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** ein Qualitätsprodukt erworben, das nach strengsten Maßstäben entwickelt, produziert und kontrolliert wird. Höchste Produktqualität ist Ihnen damit garantiert.

## Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln

Für Ihre Gesundheit spielt eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub>, Vitamin K<sub>2</sub> und Magnesium eine wichtige Rolle. **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** beinhalten pro Tagesportion 50 µg Vitamin D<sub>3</sub>, 75 µg Vitamin K<sub>2</sub> (all-trans MK-7) in Kombination mit 300 mg Magnesium und leisten damit eine wertvolle Ergänzung zu einer gesundheitsbewussten Lebensweise. Sie sind frei von Zucker, Gluten, Lactose, Fructose und Gelatine. **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** sind für Vegetarier geeignet und apothekenexklusiv erhältlich.



## Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Inhaltsstoffe	pro Kapsel	NRV (%)**
Vitamin D <sub>3</sub>	50 µg (≙ 2000 I.E.)	1000
Vitamin K <sub>2</sub>	75 µg	100
Magnesium	300 mg	80

\*\* NRV (nutrient reference values) = Referenzmenge der täglichen Zufuhr gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011

Für die Angabe von Vitamin D-Dosierungen wird manchmal die Einheit „I.E.“, also Internationale Einheiten, und manchmal die Einheit „µg“, also Mikrogramm verwendet. Die Umrechnung ist wie folgt: 1 µg = 40 I.E.; 1 I.E. = 0,025 µg  
Zutaten: Magnesiumoxid, Überzugsmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Vitamin K<sub>2</sub>, Cholecalciferol, Maisstärke

## Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Nicht über 25 °C lagern, vor Sonnenlicht und Feuchtigkeit schützen.

Bei Einnahme von Blutgerinnungshemmern, z. B. des Wirkstoffes Phenprocoumon dürfen **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** nur nach Rücksprache mit dem Arzt verwendet werden.

## \*Vitamin D trägt bei...

- ...zur Erhaltung normaler Knochen
- ...zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion
- ...zu einem normalen Calciumspiegel im Blut
- ...zu einer normalen Verwertung von Calcium und Phosphor
- ...zu einer normalen Funktion des Immunsystems

## \*Vitamin K trägt bei...

- ...zur Erhaltung normaler Knochen
- ...zu einer normalen Blutgerinnung

## \*Magnesium trägt bei...

- ...zur Erhaltung normaler Knochen
- ...zu einer normalen Muskelfunktion
- ...zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- ...zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- ...zum Elektrolytgleichgewicht

## Was ist Vitamin D und wofür wird es benötigt?

Der menschliche Körper kann Vitamin D unter der Voraussetzung, dass ausreichend UV-Licht auf die Haut trifft, selbst bilden. Häufig wird Vitamin D deswegen auch einfach das „Sonnenvitamin“ bezeichnet. In Deutschland reicht es in den meisten Fällen aus, sich 5 bis 25 Minuten pro Tag der Sonne auszusetzen. In den Monaten Oktober bis März ist die Sonneneinstrahlung nicht stark genug, um ausreichend Vitamin D zu produzieren. Deshalb wird in diesem Zeitraum auf die körpereigenen Speicher zurückgegriffen. Durch die Zufuhr von Vitamin D werden das Immunsystem, die Muskulatur und Knochen, die Zahngesundheit, die Verwertung von Calcium und Phosphor sowie die Regulierung des Calciumspiegels im Blut unterstützt.

## Was ist Vitamin K und wofür wird es benötigt?

Vitamin K zählt zu den fettlöslichen Vitaminen und trägt zur Erhaltung normaler Knochen sowie einer normalen Blutgerinnung bei. Der Buchstabe „K“ steht in diesem Zusammenhang für Koagulation (Blutgerinnung). Vitamin K kommt in unterschiedlichen Varianten vor: das hauptsächlich in den Blättern grüner Pflanzen enthaltene Vitamin K<sub>1</sub> (Phyllochinon) und das Vitamin K<sub>2</sub> (Menachinon). Unter Vitamin K<sub>2</sub> werden mehrere Menachinone (MK) zusammengefasst, darunter das in **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** enthaltene MK-7. Vitamin K<sub>2</sub> begünstigt die Bildung von Osteocalcin, welches zur Aufnahme von Calcium in die Knochen benötigt wird.

## Was ist Magnesium und wofür wird es benötigt?

Magnesium ist ein lebenswichtiger Mineralstoff, den der Körper nicht selbst herstellen kann, weshalb er über die Nahrung oder Nahrungsergänzung aufgenommen werden muss. Es ist essenziell für zahlreiche Körperfunktionen, darunter die normale Muskelfunktion, das Nervensystem, der Energiestoffwechsel und die Knochengesundheit. Magnesium unterstützt außerdem die psychische Funktion, die Eiweißsynthese und das Elektrolytgleichgewicht im Körper.

## Warum ergänzen sich Vitamin D<sub>3</sub> und Vitamin K<sub>2</sub>?

Studien haben gezeigt, dass die Vitamine D<sub>3</sub> und K<sub>2</sub> eng zusammenhängen. Während Vitamin D<sub>3</sub> die Aufnahme von Calcium aus dem Magen-Darm-Trakt ins Blut fördert und somit die Calciumaufnahme reguliert, sorgt Vitamin K<sub>2</sub> dafür, dass das Calcium in die Knochen gelangt. Daher ist eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub> und Vitamin K<sub>2</sub> wichtig.

## Wie lange sollen Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln eingenommen werden?

Die Anwendungsdauer ist zeitlich nicht begrenzt.

## Für wen sind Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln geeignet?

Die Einnahme von **Dekristolvit® OSTEO D<sub>3</sub> K<sub>2</sub> Mg Kapseln** wird für Kinder unter 4 Jahren nicht empfohlen. Bei Bestehen einer Schwangerschaft und in der Stillzeit sollte dies nach Absprache mit dem behandelnden Arzt erfolgen.

## Weitere Präparate der Dermapharm Unternehmensgruppe:



### Vitaprompt® Vitamin B-Komplex 8+3

- Für mehr Energie und Leistung, zur Reduktion von Müdigkeit und Erschöpfung<sup>1</sup>
- Mit 8 B-Vitaminen sowie Cholin, Inositol und Rhodiola rosea
- Eine Kapsel täglich

<sup>1</sup> Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, Niacin, Pantothen säure und Folsäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, Niacin, Pantothen säure und Biotin tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, Niacin und Biotin tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

### Keltican® forte

- Die einzigartigen UMP-B-Pellets mit Vitamin B<sub>12</sub> und Folsäure unterstützen die Regeneration der peripheren Nerven<sup>2</sup>
- Zusätzlich mit dem Nervenbaustein Uridinmonophosphat (UMP)
- Gut verträglich und nur 1 Kapsel täglich

<sup>2</sup> Vitamin B<sub>12</sub> trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Folsäure hat eine Funktion bei der Zellteilung.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.dekristolvit.de](http://www.dekristolvit.de)

Stand der GI: April 2026



**Trommsdorff**  
GmbH & Co. KG  
52475 Alsdorf

GI00205-01T  
GI04581-01  
Code 753