

CALCIVITASE®

für den Erhalt gesunder Knochen



mit

- Calcium
- Vitamin D₃
- Vitamin K
- Inulin

wir
forschen





Calcium – das Knochenmineral

Calcium ist eines der wichtigsten mineralischen Bestandteile des Knochens. Steht dem Körper nicht ausreichend Calcium zur Verfügung, kann er keine Knochensubstanz aufbauen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene eine Calciumzufuhr von 1000 Milligramm täglich. Gute Calciumlieferanten sind zum Beispiel Milch und Milchprodukte, Brokkoli und anderes grünes Gemüse, Nüsse und calciumreiche Mineralwässer. Als „Calciumräuber“ gelten dagegen Phosphate, die in vielen Fertiggerichten, Wurst und Cola-Getränken enthalten sind.

Gute Calciumlieferanten sind
Milch und Milchprodukte, Brokkoli
und anderes grünes Gemüse,
Nüsse und calciumreiche Mineralwässer

Vitamin D₃ – das Sonnenvitamin

Vitamin D₃ ist die Vorstufe des Hormons Calcitriol. Das braucht der Organismus, um Calcium aus dem Darm aufzunehmen und in den Knochen einzubauen. Auch für die Muskelfunktion, die Koordination und viele Regulierungsvorgänge im Körper ist es wichtig. Ein niedriger Vitamin-D₃-Spiegel kann auf Dauer nicht nur zu einer geringeren Knochendichte führen, sondern auch die Sturzneigung und damit das Risiko eines Knochenbruchs erhöhen.

Ein niedriger Vitamin-D₃-Spiegel kann
die Sturzneigung und damit
das Risiko eines Knochenbruchs erhöhen

Den größten Teil seines Vitamin-D₃-Bedarfs stellt der Körper aus einer Vorstufe in der Haut selbst her – vorausgesetzt, er hat dazu genügend Sonnenlicht. Mit zunehmendem Alter lässt die Vitamin-D₃-Produktion der Haut allerdings nach. Zudem verbringen gerade ältere Menschen oft zu wenig Zeit an der frischen Luft. Experten schätzen, dass etwa die Hälfte der Bevölkerung in Mitteleuropa an einem Vitamin-D₃-Mangel leidet, in den Wintermonaten sogar bis zu 80%. Besonders wichtig ist eine gute Vitamin-D₃-Versorgung in der Schwangerschaft und Stillzeit, um die Knochengesundheit von Mutter und Kind zu verbessern.

Vitamin K – zu Unrecht ein Außenseiter

Die wenigsten Menschen kennen Vitamin K und wissen, wie wichtig es für ihren Körper tatsächlich ist. Eine seiner Hauptaufgaben ist die Regulation der Blutgerinnung. Daneben sorgt Vitamin K – zusammen mit Calcium und Vitamin D₃ – aber auch für einen gesunden Knochenaufbau. Das fettlösliche Vitamin K kommt vor allem in Kohl und anderem grünen Gemüse vor.

Inulin – ein Ballaststoff

Inulin ist ein löslicher Ballaststoff, der in zahlreichen Gemüse- und Obstsorten (zum Beispiel Zwiebelgewächse, Artischocken, Topinambur, Schwarzwurzel, Spargel, Weizen, Hafer, Banane, Zichorie) enthalten ist und daher schon immer Bestandteil unserer Ernährung war. Inulin wird von Verdauungsenzymen nicht gespalten und gelangt intakt in den Dickdarm. Erst dort wird Inulin von den Darmbakterien verarbeitet.

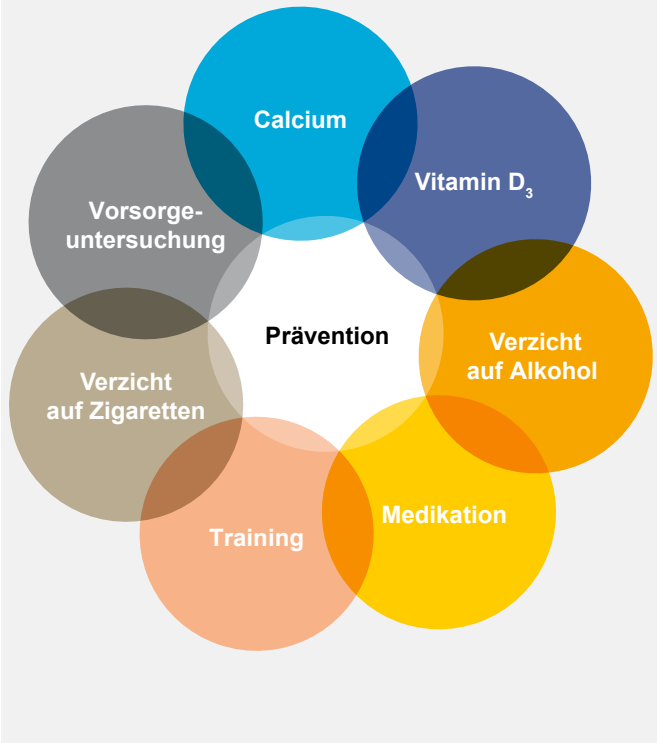
Was ist Osteoporose?

Während des ganzen Lebens finden im Knochengewebe Umbauvorgänge statt. Etwa bis zum 30. Lebensjahr baut der Körper mehr Knochensubstanz auf als ab. Mit zunehmendem Alter überwiegen dann immer mehr die Abbauprozesse. Ein Verlust von 0,5 bis ein Prozent jährlich gilt als normal. Von Osteoporose spricht der Arzt erst, wenn die Knochendichte deutlich unter das normale Maß sinkt. Die Folge ist eine erhöhte Neigung zu Knochenbrüchen. Oft treten diese schon durch ganz alltägliche Belastungen auf, etwa beim Heben einer schweren Einkaufstasche, einem Hustenstoß oder durch das Abstützen mit der Hand nach einem Stolpern. Typische Bruchstellen sind zum Beispiel Wirbelkörper, die Hüfte, der Unterarm oder der Oberschenkelhals.

Von Osteoporose spricht der Arzt erst, wenn die Knochendichte deutlich unter das normale Maß sinkt

Ein Mangel an weiblichen Geschlechtshormonen begünstigt Osteoporose. Deshalb sind Frauen nach den Wechseljahren besonders häufig betroffen. Nikotin, übermäßiger Alkoholkonsum, Bewegungsmangel, Untergewicht und calciumarme Ernährung schwächen ebenfalls die Knochen.

Osteoporose-Prävention



Auch einige Erkrankungen hemmen den Knochenaufbau und können eine sekundäre Osteoporose zur Folge haben. Dazu gehören etwa Niereninsuffizienz, Entzündungen der Bauchspeicheldrüse oder des Darms (Morbus Crohn, Colitis ulcerosa), Überfunktion der Nebenschilddrüsen (Hyperparathyreoidismus), Typ-1-Diabetes und Magersucht. Gleiches gilt für manche Medikamente: So erhöhen beispielsweise Kortisonpräparate und manche Psychopharmaka bei einer Langzeitbehandlung das Osteoporoserisiko.

Mit Calcium, Vitamin D₃ und Bewegung für gesunde Knochen

Körperliche Bewegung stärkt nicht nur die Muskeln, sondern aktiviert auch den Knochenstoffwechsel. Als besonders effektiv für den Knochen hat sich regelmäßiges Kraft- und Sprungtraining erwiesen – natürlich angepasst an die individuellen körperlichen Voraussetzungen. Ausdauersportarten wie Schwimmen oder Radfahren wirken sich zwar nicht direkt auf die Knochenstärke aus, fördern aber den Stoffwechsel, das Wohlbefinden und die Beweglichkeit.

Körperliche Bewegung stärkt nicht nur
die Muskeln, sondern aktiviert
auch den Knochenstoffwechsel

Das mit der Nahrung aufgenommene Calcium kann nur in die Knochen eingebaut werden, wenn man sich ausreichend bewegt und genügend Vitamin D₃ vorhanden ist. Eine gute Versorgung mit Calcium sowie regelmäßiges sportliches Training sind deshalb die beste Vorbeugung gegen Osteoporose, weil sie helfen, den Knochenabbau zu bremsen.



CALCIVITASE®

fördert den Erhalt gesunder Knochen

Calcium trägt bei

- den Verlust an Knochenmineralisationsstoffen bei postmenopausalen Frauen zu verringern. Eine geringe Knochenmineraldichte ist ein Risikofaktor für durch Osteoporose bedingte Knochenbrüche. Dies gilt insbesondere für Frauen ab 50 Jahren. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Einnahme von mindestens 1200 mg Calcium aus allen Quellen ein
- zu einem normalen Ablauf der Blutgerinnung, des Energiestoffwechsels, der Muskelfunktion, der Signalübertragung zwischen den Nervenzellen und zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen
- zur normalen Zellteilung und -spezialisierung
- zum Erhalt von Knochen und Zähnen

Vitamin D₃ trägt bei

- zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor
- zu einem adäquaten Calciumspiegel im Blut
- zum Erhalt von Knochen, Muskelfunktion und Zähnen
- zur Unterstützung der Immunabwehr und Zellteilung

Vitamin K trägt bei

- zum Erhalt der Knochen
- zu einer normalen Blutgerinnung

Inhaltsstoffe

	Durchschnittl. Gehalt pro Tablette	Durchschnittl. Gehalt pro Tagesverzehrmenge (3 Tabletten)
Calcium	250 mg (31 %)*	750 mg (94 %)*
Vitamin D ₃	80 I.E. / 2,0 µg (40 %)*	240 I.E. / 6,0 µg (120 %)*
Vitamin K	20 µg (27 %)*	60 µg (80 %)*
Inulin	100 mg	300 mg

* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte (nutrient reference values – NRV)

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Verzehrempfehlung für CALCIVITASE®



Erwachsene nehmen dreimal täglich eine Tablette CALCIVITASE® zu den Mahlzeiten mit genügend Flüssigkeit ein. Wie Studien belegen, ist eine langfristig ausreichende Calcium- und Vitamin-D₃-Zufuhr vor allem für Frauen ab 50 Jahren sinnvoll, um die Knochengesundheit zu erhalten.

CALCIVITASE® ist besonders gut verträglich:

- frei von Gluten, Laktose, Hefe und Gelatine
- vegetarisch

Kontakt und Informationen

Weitere Informationen finden Sie unter
www.biosyn.de.

Wenn Sie Patientenfolder wünschen, bitte melden
Sie sich bei uns.

Auch ein Muster schicken wir Ihnen gerne zu. Für
Rückfragen und weitere Informationen stehen wir
gerne zur Verfügung.

Sind Sie an unserem Online-Newsletter
interessiert? Senden Sie einfach eine E-mail mit
dem Kennwort CALCIVITASE® an:
information@biosyn.de.

CALCIVITASE®

Zutaten: Calciumcarbonat; Maisstärke; Inulin; Rapsöl, gehärtet; Füllstoff
(vernetzte Natriumcarboxymethylcellulose); Überzugmittel (Schellack, Talkum);
Vitamin K (Phylloquinon); Vitamin D₃ (Colecalciferol).

biosyn Arzneimittel GmbH

Die 1984 gegründete biosyn Arzneimittel GmbH gehört zu den ersten deutschen Biotechnologie-Unternehmen und hat Niederlassungen in Liechtenstein, Österreich und den USA. Die Produktpalette umfasst rund 30 Produkte, die von biotechnologisch hergestellten Medikamenten über Chemotherapeutika bis zu komplementären Arzneimitteln und Nahrungsergänzungen reichen. Der stetig wachsende Exportanteil liegt heute bei 40 Prozent.

Das Unternehmen ist Weltmarktführer bei hochdosierten Selen-Arzneimitteln. Der Hidden Champion liefert seinen Hauptumsatzträger selenase® in 19 Länder, vor allem für den Einsatz in der Intensivmedizin und Onkologie. biosyn produziert als einziges Unternehmen Natriumselenit-Pentahydrat, den Wirkstoff seiner Selenarzneimittel, im weltweit geforderten Qualitätsstandard GMP (Good Manufacturing Practice).

biosyn hat als weltweit erstes Unternehmen das Glykoprotein KLH, das aus Meeresschnecken isolierte Keyhole limpet hemocyanin, in pharmazeutischer Qualität unter Beachtung der GMP-Richtlinien hergestellt und für die Indikation Rezidivprophylaxe des oberflächlichen Harnblasenkarzinoms zugelassen.



CALCIVITASE®

für den Erhalt gesunder Knochen

01 D01 709/A · Laien · 10/15 · DD 0,5



biosyn Arzneimittel GmbH
Schorndorfer Straße 32
70734 Fellbach, Deutschland

www.biosyn.de

www.biosyn.at

www.biosyncorp.com

information@biosyn.de

information@biosyn.at

Geschäftsführer:
Dr. Thomas Stiefel & Ortwin Kottwitz
Handelsregister:
Amtsgericht Stuttgart HRB 262712
Erfüllungsort:
Fellbach, Gerichtsstand Stuttgart

wir
forschen

