

Vitamine D3 15 mcg / 600 IE - 90 caps

BON0928

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/vitamine-d3-15-mcg-600-ie-90-caps>

We weten inmiddels wel dat ons lichaam van de herfst tot aan het begin van de lente te weinig vitamine D uit zonlicht kan aanmaken. Maar dat we gedurende het hele jaar baat kunnen hebben bij extra vitamine D is niet bij iedereen bekend. Bonusan Vitamine D3 15 mcg softgels zijn ideaal vanwege hun kleine, ronde formaat en bieden in alle seizoenen een goede aanvulling.



Beschrijving

We weten inmiddels wel dat ons lichaam van de herfst tot aan het begin van de lente te weinig vitamine D uit zonlicht kan aanmaken. Maar dat we gedurende het hele jaar baat kunnen hebben bij extra vitamine D is niet bij iedereen bekend. Bonusan Vitamine D3 15 mcg softgels zijn ideaal vanwege hun kleine, ronde formaat en bieden in alle seizoenen een goede aanvulling.

Basisdosering van 15 mcg vitamine D3

Waarom Vitamine D?

Niet alleen in de herfst en de winter hebben we profijt van extra vitamine D, ook in de lente en zomer kan onze eigen aanmaak onvoldoende zijn. Zeker nu we minder in aanraking komen met de zon, de belangrijkste stimulans van vitamine D aanmaak in de huid. We zitten te veel binnen, dragen een zonnebril of beschermen ons lichaam tegen de zon met zonnebrand en kleding. Dit vermindert de opname van vitamine D aanzienlijk.

En dat terwijl zonlicht voor de mens de belangrijkste bron van vitamine D is. Bij voldoende blootstelling aan ultraviolette straling is de eigen aanmaak – die in de huid plaatsvindt – vele malen groter dan de hoeveelheid die via de voeding kan worden aangereikt.

Vitamine D is belangrijk voor het lichaam omdat het een rol speelt in vele processen. Een aantal gezondheidsvoordelen:

- Vitamine D is belangrijk voor een normale spierwerking
- Vitamine D zorgt voor behoud van sterke botten en een sterk gebit
- Vitamine D ondersteunt de afweer van het lichaam

Bij ontbreken of vermijden van zonlicht wordt vitamine D een essentieel nutriënt. Het belang neemt toe om er voldoende van binnen te krijgen via externe bronnen. Vitamine D is te vinden in onze voeding, in vette vis zoals zalm en makreel, maar helaas is dat nauwelijks toereikend. Een voedingssupplement met vitamine D3 kan dan uitkomst bieden.

De voordelen van Bonusan Vitamine D3 15 mcg

Bonusan Vitamine D3 15 mcg biedt een basisdosering van 15 mcg, ook wel 600 internationale eenheden (IE). De vitamine D3 softgels zijn favoriet omdat ze, dankzij hun kleine ronde vorm, heel gemakkelijk zijn door te slikken.

Bonusan vitamine D3 is leverbaar in diverse doseringen softgels en een flexibel te doseren druppelvorm. Zo kan het toedienen worden afgestemd op de dagelijkse behoefte. Daarnaast bevatten onze vitamine D3 producten geen onnodige toevoegingen zoals omega-6 vetzuren. Daarmee voorkomen we dat het de [omega-3 – omega-6 verhouding](#) ongunstig beïnvloedt.

Hoge kwaliteit dankzij vetmatrix van olijfolie

Wij verwerken uitsluitend vitamine D3 in onze producten. Dit is veel effectiever in het verhogen van de vitamine D-spiegels dan D2. Vitamine D3 is tot tien keer sterker dan vitamine D2. Onze vitamine D3 is bovendien opgelost in een vetmatrix van extra vierge olijfolie, waardoor het

stabiel is en goed kan worden opgenomen.

Bonusan vitamine D3 producten worden gewonnen uit het vet van schapenwol. Voor de productie van vitamine D3 uit schapenwolvet wordt het schaap eerst geschoren. Door de wol te koken smelt het wolvet en laat het los van de wol. Vervolgens worden de cholesterolachtige stoffen, waarin de vitamine D3 zit, gescheiden vanuit het vet. De bestraling met UV-licht resulteert in de omzetting naar vitamine D3. Vitamine D3 uit wolvet is geschikt voor mensen met een vegetarische leefstijl. Voor veganisten is de [Bonusan Algenolie](#) een goed alternatief, hiervoor winnen we vitamine D3 uit plantaardige korstmos.

Geschikt voor het onderhouden van de gezondheid

Bonusan Vitamine D3 15 mcg is een basisproduct in het Bonusan assortiment. Het is bedoeld voor personen die hun vitamine D-inname willen aanvullen tot minimaal de referentie inname (RI) van 5 mcg voor volwassenen onder de 70 jaar. Bijvoorbeeld doordat er weinig blootstelling aan ultraviolette straling plaatsvindt of omdat er niet voldoende vitamine D-rijke voeding kan worden geconsumeerd. De softgels met 15 mcg vitamine D3 kunnen gecombineerd worden met andere supplementen die vitamine D bevatten, zoals een multivitamine of levertraan.

Sommige mensen hebben sowieso meer vitamine D nodig dan ze uit zonlicht en voeding kunnen halen. Dit geldt voor jonge kinderen, ouderen, zwangere vrouwen en mensen met een donkere of getinte huid. Niet iedereen heeft dezelfde hoeveelheid nodig, daarom hebben we bij Bonusan verschillende vitamine D3 supplementen die allemaal eigen voordelen bieden. Bonusan Vitamine D3 15 mcg is de laagst gedoseerde softgel in het Bonusan vitamine D assortiment. Desgewenst hebben we ook softgels met 25 mcg, 75 mcg of druppels met vitamine D3 in ons assortiment. De druppels zijn gemakkelijk toe te voegen aan allerlei vloeibare voedingsmiddelen waardoor ze ook geschikt zijn voor jonge kinderen en mensen die liever geen capsules slikken.

Bonusan vitamine D3 producten worden gewonnen uit het vet van schapenwol. Voor de productie van vitamine D3 uit schapenwolvet wordt het schaap eerst geschoren. Door de wol te koken smelt het wolvet en laat het los van de wol. Vervolgens worden de cholesterolachtige stoffen, waarin de vitamine D3 zit, gescheiden vanuit het vet. De bestraling met UV-licht resulteert in de omzetting naar vitamine D3. Vitamine D3 softgels zijn niet geschikt voor mensen met een vegetarische en veganistische leefstijl. Dit komt doordat de Bonusan vitamine D3 capsulewand gelatine bevat, dat van dierlijk materiaal is. Voor vegetariërs en veganisten is de [Bonusan Algenolie](#) een goed alternatief, hiervoor winnen we vitamine D3 uit plantaardige korstmos.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 1 capsule tijdens of vlak na de maaltijd innemen.

Bewaaraadvies

Droog en bij kamertemperatuur bewaren. Buiten bereik van kinderen bewaren.

Waarschuwing

Samenstelling

Samenstelling per softgelcapsule :
(dagdosering)

Vitamine D3 (600 IE) (als cholecalciferol)	15.00	mcg
--	-------	-----

Ingrediënten

Vulstof (extra vierge olijfolie), capsulewand (gelatine, glycerine, water), vitamine D3 (cholecalciferol).

* RI = Referentie-inname

Categorie:	Vitamine D
Ingrediënt:	Vitamine D
Vorm:	Capsule
Vrij van:	Conserveringsmiddelen, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen