

## Calcium plus

uitgebreide botformule met calcium, magnesium en vitamine D

NCS40376 102



### Inhoud van deze gebruiksaanwijzing

1. Samenstelling van Calcium plus
2. Wat is Calcium plus en waarvoor wordt het gebruikt
3. Wat moet u weten voordat u Calcium plus gebruikt
4. Hoe wordt Calcium plus gebruikt
5. Hoe bewaart u Calcium plus

### 1. Samenstelling van Calcium plus

Inhoud 60 tabletten

Samenstelling per dagelijkse aanvangsdosering (= per 3 tabletten)		% RI/ ADH**
Calcium, als oestercalk	600 mg	75
Magnesium, als citraat	300 mg	80
Brandnetelwortel extract	150 mg (1)	
Vitamine C, als ascorbinezuur	60 mg	75
Betaïne HCl	60 mg	
Bamboe extract	43 mg (2)	
Rozemarijn extract	30 mg (3)	
Gember	30 mg	
Borium, als natrium tetraboraat	3 mg	
Vitamine K2, als menaquinon-7	30 µg	40
Vitamine D3, als cholecalciferol	15 µg	300

### Ingrediënten

Magnesium citraat\*, oestercalk\* (*afkomstig van weekdieren*), vulstof: microkristallijne cellulose, brandnetelwortel extract\*, glansmiddel: hydroxypropylmethylcellulose, betaïne HCl, ascorbinezuur\*, bamboe extract\*, gember\*, rozemarijn extract\*, antiklontermiddel: magnesiumstearaat, vulstof: siliciumdioxide, natrium tetraboraat\*, glansmiddelen: hydroxypropylmethylcellulose en shellac, kleurstof: titaandioxide, antiklontermiddel: talk, bevochtigingsmiddel: polysorbaat, menaquinon\* (*afkomstig van gefermenteerde soja*), glansmiddel: bijenwas, cholecalciferol\*.

\* zie samenstelling

\*\* Referentie-Inname / Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid

- (1) Brandnetelwortel extract 10:1, gestandaardiseerd op minimaal 0,8% fytosterolen.
- (2) Bamboe extract 4:1, gestandaardiseerd op minimaal 70% silicium.
- (3) Rozemarijn extract 4:1, gestandaardiseerd op minimaal 2% rozemarijnzuur.

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

**Calcium plus** bevat geen suiker, gluten, gist, lactose, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Vanwege het gebruik van natuurlijke ingrediënten kunnen tussen de verschillende chargenummers afwijkingen in kleur en/of geur voorkomen. Deze onderlinge verschillen doen niets af aan de kwaliteit van het supplement.

### 2. Wat is Calcium plus en waarvoor wordt het gebruikt

Calcium speelt een rol bij de botaanmaak en draagt bij aan de instandhouding van sterke botten. Het biedt een goede aanvulling wanneer de behoefte aan kalk is verhoogd. Deze formule bevat een goede dosering calcium, gedoseerd als oestercalk. Magnesium speelt net als calcium een rol bij de botaanmaak en is belangrijk voor het behoud van sterke botten. Vitamine C speelt een rol bij de aanmaak en opbouw van kraakbeen. Het is van belang voor de vorming van collageen wat belangrijk is voor de botten.

Vitamine D verhoogt de opname van kalk in de botten. De Gezondheidsraad beveelt vrouwen vanaf 50 jaar, mannen vanaf 70 jaar en mensen met een donkere huidskleur aan extra vitamine D te gebruiken ter versterking van de botten.

Vitamine K helpt bij de opname van mineralen, zoals calcium in de botten. Het speelt hiermee een rol bij de botaanmaak en draagt bij aan het behoud van sterke botten. In deze formule is vitamine K verwerkt als menaquinon (vitamine K2).

### 3. Wat moet u weten voordat u Calcium plus gebruikt

#### Gebruik Calcium plus niet

Bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen.

#### Gebruik bij zwangerschap en borstvoeding

Voedingssupplementen mogen tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding enkel na overleg met uw arts of apotheker worden ingenomen.

### 4. Hoe wordt Calcium plus gebruikt

Aanvangsdosering: 3 x per dag 1 tablet.

Onderhoudsdosering: 1 x per dag 1 tablet.

De aanbevolen dosering niet overschrijden.

Neem in ieder geval één dosering voor het slapen en/of na een bewegingsactiviteit in.

Tabletten met water innemen.

Ieder mens is anders. Ook de extra behoefte aan vitaminen en mineralen kan van persoon tot persoon verschillend zijn. In het algemeen wordt geadviseerd om de aanvangsdosering gedurende 1 verpakking te gebruiken. Daarna kan worden afgebouwd tot de onderhoudsdosering. Persoonlijke factoren kunnen aanleiding zijn om de aanvangsdosering gedurende een langere of juist kortere periode te gebruiken.

Problemen met slikken van grote tabletten of capsules? Al onze tabletten mogen worden fijngemalen met een vijzel of tabletcruisher. Met poeder gevulde capsules kunnen worden opengemaakt. De tablet of capsule kan op deze manier in poedervorm in bijvoorbeeld water of yoghurt worden ingenomen.

Geadviseerd wordt deze tabletten te combineren met inname van New Care Multi of New Care Multi 50+ (1 x per dag 1 tablet). Vrouwen vanaf 50 jaar, mannen vanaf 70 jaar en mensen met een donkere huidskleur wordt tevens geadviseerd New Care Vitamine D3 (1 x per dag 1 capsule) te gebruiken.

### 5. Hoe bewaart u Calcium plus

Het product in de originele verpakking, droog en niet boven de 25° C bewaren. Bewaar Calcium plus buiten bereik van kinderen.

#### De uiterste gebruiksdatum

Gebruik Calcium plus niet meer na de datum zoals die op de bovenzijde van de verpakking is ingedrukt. Deze datum duidt het tijdstip aan waarna de kwaliteit van het product niet meer kan worden gewaarborgd. De eerste twee cijfers duiden de maand aan, de volgende groep het jaartal.

Dit product en bijbehorende informatie zijn met grote zorgvuldigheid samengesteld. Deze gebruiksaanwijzing dient uitsluitend ter informatie en is niet bedoeld ter vervanging van het advies van uw arts.

Als u een medisch probleem heeft of denkt te hebben, neem dan altijd contact op met uw arts. Noch de samenstellers, noch de producenten, noch de leveranciers kunnen aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade.