

## Склад

1 таблетка Вітагама D<sub>3</sub> 2000 МО містить вітамін D<sub>3</sub> (холекальциферол) — 50 мкг (2000 МО).

*Допоміжні речовини:* мікрокристалічна целюлоза, желатин, сахароза, кукурудзяний крохмаль, частково гідрогенізована соєва олія, антиоксидант: альфа-токоферол, полівінілпіролідон, кремнію діоксид, натрій карбоксиметилцелюлоза, тальк, моно- та дигліцериди жирних кислот.

**Харчова (поживна) цінність продукту (1 таблетка):** вуглеводи — 0,01 г, білки — 0,01 г, жири — 0,01 г; енергетична цінність — 0,5 ккал/2,2 КДж.

Не містить глютену, лактози, консервантів та барвників. Не містить ГМО.

## Властивості

Вітагама D<sub>3</sub> 2000 МО рекомендується в якості дієтичної добавки до раціону харчування як додаткове джерело вітаміну D<sub>3</sub>. Перед застосуванням рекомендується проконсультуватися з лікарем.

Вітамін D необхідний для багатьох процесів у організмі людини, тому слід дбати про достатнє забезпечення цим вітаміном.

Вітамін D сприяє підтриманню у нормі:

- надходження та засвоєння мінеральних речовин кальцію та фосфору;
- рівня кальцію в крові;
- стану зубів, кісток та функції м'язів;
- процесу поділу клітин;
- функціонального стану імунної системи.

Вітамін D — «вітамін сонця» — попередник цього вітаміну утворюється за допомогою ультрафіолетових променів сонячного світла в шкірі людини та потім перетворюється на активну форму вітаміну у печінці та нирках.

Перебування переважно в закритих будівлях, захист шкіри одягом і використання сонцезахисних кремів часто не забезпечують достатнього впливу сонячного світла для синтезу вітаміну D власним організмом. Тому проживання в сонячних регіонах не може повністю виключити наявність дефіциту вітаміну D. Також спостерігається зниження власного продукування вітаміну в осіб віком старше 65 років внаслідок зменшення з віком товщини шкіри.

Інший природний шлях надходження вітаміну D<sub>3</sub> в організм людини — це прийом їжі. Тому, окрім забезпечення вітаміну D шляхом його продукування власним організмом, ця речовина може також надходити до організму за допомогою дієтичного харчування.

### **Спосіб застосування**

Дорослим: вживати кожної другої доби по 1 таблетці (у 1-шу добу вживають 1 таблетку Вітагама D<sub>3</sub> 2000, на 2-гу добу роблять перерву, у 3-тю добу — 1 таблетку Вітагама D<sub>3</sub> 2000).

В подальшому слід дотримуватися вищезгаданої схеми вживання, якщо лікар не призначив іншої схеми.

Оскільки вітамін D є жиророзчинним вітаміном та може зберігатися в жировій тканині, тому необхідність його щоденного вживання відсутня.

Вітагама D<sub>3</sub> 2000 вживають по одній таблетці не розжовуючи перед прийомом їжі із великою кількістю рідини.

Тривалість використання залежить від рівня вітаміну D у крові. Необхідна консультація лікаря.

### **Застереження**

Не перевищувати зазначену рекомендовану кількість (порцію) для щоденного споживання. Дієтичні добавки не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування. Вітагама — з цукром(ами) та підсолоджувачем(ами).

Для дорослих та осіб літнього віку рекомендована максимальна припустима кількість добового споживання, яка не спричиняє небажаних явищ, становить до 4000 МО/добу (100 мкг/добу). При необхідності добову дозу можливо переглянути після консультації з лікарем.

У період вагітності або годування грудьми вітамін D<sub>3</sub> повинен надходити до організму у необхідній кількості. Перевищення дози може погано позначитися на здоров'ї матері та дитини. Слід уникати довготривалого передозування вітаміну D. У період вагітності вітамін D<sub>3</sub> слід вживати тільки після рекомендацій лікаря.

### **Протипоказання**

Не вживати при індивідуальній непереносимості будь-якого з компонентів добавки; алергічні реакції.

Продукт не призначений для діагностики, лікування або профілактики захворювань.

Також не використовується при гіпермагнезії, гіперкальциурії та гіпервітамінозі D<sub>3</sub>.

### **Умови зберігання**

В оригінальній упаковці в сухому, захищеному від світла та недоступному для дітей місці при температурі не вище 25 °С.