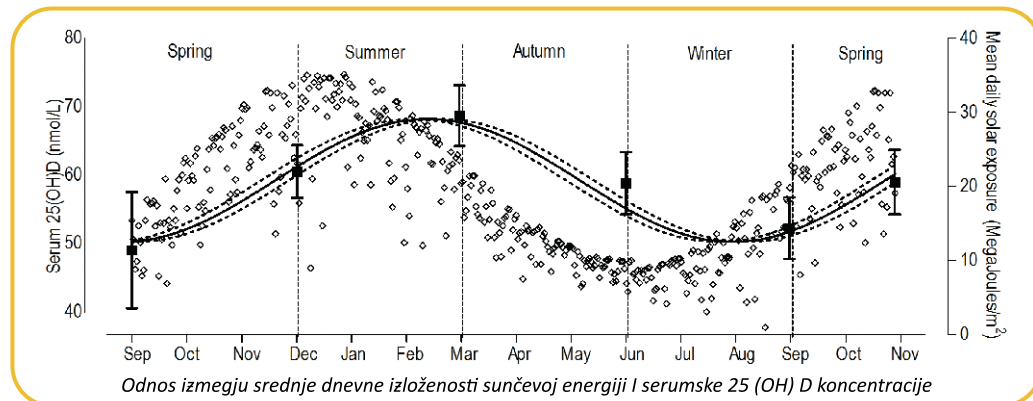


SYNCADOL®

SYNERGY®

Potrebe vitamina D3 u toku cele godine^[3]



Prednosti vitamina D3

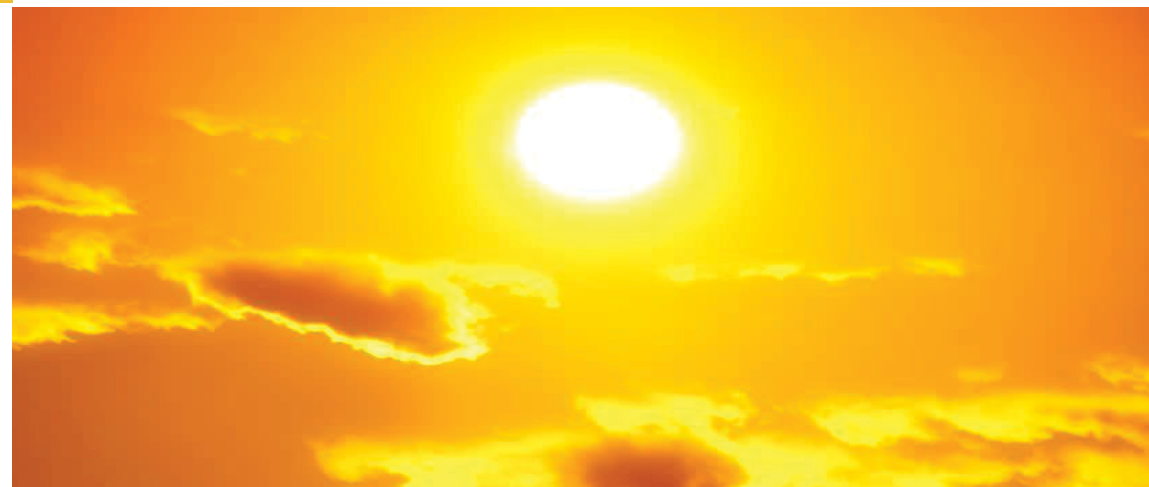
- Vitamin D je neophodan za prevenciju osteomalacije i zajedno sa kalcijumom učestvuje u stvaranju veće mineralne gustine kosti čime se smanjuje rizik od pojave osteoporoze i preloma
- Vitamin D doprinosi normalnoj apsorpciji kalcijuma i fosfora u organizmu
- Vitamin D doprinosi zdravlju zuba
- Vitamin D je potreban za normalan rast i razvoj kostiju kod dece
- Vitamin D je neophodan za normalno funkcionisanje paratireoidnih hormona
- Vitamin D je važan za održavanje zdrave mišićne funkcije
- Vitamin D podržava pravilnu funkciju imunog sistema

REFERENCES:

- [1] Heaney RP, Recker RR, Grote J, Horst RL, Armas LA, "Vitamin D3 is more potent than vitamin D2 in humans", J Clin Endocrinol Metab. 2011 Mar; 96(3): E447-52.
- [2] Lips P, Chapuy MC, Dawson-Hughes B, Pols HA, Holick MF, "An international comparison of serum 25-hydroxyvitamin D measurements", Osteoporos Int. 1999; 9(5):394-7.
- [3] Pittaway JK, Ahuja KD, Beckett JM, Bird ML, Robertson IK, Ball MJ, "Make vitamin D while the sun shines, take supplements when it doesn't: a longitudinal, observational study of older adults in Tasmania, Australia", PLoS One. 2013; 8(3):e59063. doi: 10.1371/journal.pone.0059063. Epub 2013 Mar 18.

SYNERGY®
VITAMINS

Uvoznik i Distributer: Omni Medikal doo, Autoput 13 blok 53, Novi Beograd, contact@omni-med.net



SYNCADOL®

Vitamin D3 2000IU (Cholecalciferol 50mcg)

- **PODRŠKA ZDRAVLJU I JAČANJU IMUNOLOŠKOG SISTEMA**
- **ZA NORMALNU APSORPCIJU KALCIJUMA I FOSFORA U ORGANIZMU**
- **ZA JAKE I ZDRAVE ZUBE I KOSTI**
- **ODRŽAVANJE ZDRAVE MIŠIĆNE FUNKCIJE**
- **ZAŠTITA OD SLOBODNIH RADIKALA**



Vitamin D3 - Značenje

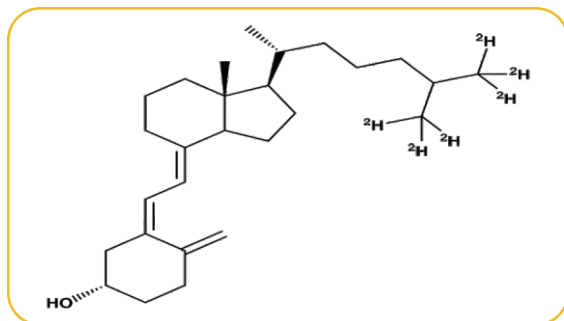
Vitamin D3 (holekalciferol), je prirodni oblik vitamina D i pripada grupi vitamina rastvorljivih u mastima. Sintetiše se prirodnim putem u koži, gde pod uticajem sunčeve svetlosti iz neaktivnog provitamina D prelazi u aktivni Vitamin D3. Doprinosi normalnoj apsorpciji kalcijuma i fosfora u organizmu. Poboljšava mineralizaciju kostiju, pomaže u formiranju skeleta i zuba kod dece, ojačava proces osifikacije, neophodan za normalno funkcionisanje paratiroidne žlezde. Vitamin D3 igra ulogu u mnogim neurološkim i ćelijskim procesima gde je potreban kalcijum, učestvuje u proizvodnji monocita. Vitamin D3 i kalcijum pomažu u smanjenju gubitka koštanog tkiva kod žena u postmenopauzi. Niska mineralna gustina kostiju je faktor rizika za osteoporotične prelome.

Hipovitaminiza i avitaminiza

Kod odraslih osoba, blagi nedostatak vitamina D manifestuje se kao gubitak apetita i težine, kao problem sa spavanjem ili pojava dijareje. Težak nedostatak uzrokuje osteomalaciju i mišićne spazme. Kost postaju meke, krte i bolne kao rezultat smanjenog kalcijuma u njima. Kod dece nedostatak vitamina D dovodi do pojave rahitisa.

Faktori rizika za nedostatak vitamina D

- Neadekvatna izloženost sunčevoj svetlosti (izbegavanje sunčanja, zagađenje vazduha blokira UV zrake koji su potrebni za proizvodnju vitamina D)
- Veganski način ishrane - kao posledica nedostatka mlečnih proizvoda u ishrani
- Stariji ljudi zbog smanjene sposobnosti sinteze vitamina D3
- Prevremeno rođene bebe
- Osobe sa bolestima jetre i bubrega
- Prevelika upotreba alkohola negativno utiče na apsorpciju i skladištenje vitamina D
- Smanjena sposobnost apsorpcije vitamina D, uzetog oralno, javlja se kod cistične fibroze ili kod osoba kod kojih su uklonjeni delovi digestivnog trakta
- Osobe kojima je potrebna veća doza vitamina D od prosečnih doza su osobe koje su imale hiruršku operaciju, obimne telesne povrede ili opekotine
- Povećan stres i hronična iscrpljenost zahtevaju
- veće doze vitamina D
- Vitamin D je potreban i osobama koji uzimaju određenu terapiju kao antikonvulzive, kortikosteroide i holestiramin. Pacijenti koji primaju terapiju za artritis, astmu, alergije, autoimune bolesti, za visok holesterol i epilepsiju trebalo bi, uz konsultaciju sa svojim lekarom, da uvedu vitamina D kao svakodnevni dodatak ishrani



Upotreba Vitamina D3

- Rahitis i osteomalacija
- Osteoporoza
- Zdrav rast i razvoj dece
- Održavanje zdrave mišićne funkcije
- Normalna funkcija imunog sistema
- Održavanje normalnih ćelijskih deoba

Preporučena dnevna doza: Odrasli 1 kapsula na dan, za vreme obroka, kako bi se postigla optimalna apsorpcija

- Za lečenje rahitisa i osteomalacije približno 1000-5000 IU vitamina D3
- Dodatni tretman za osteoporozu 1000-3000 IU vitamina D3
- Za profilaksu malapsorpcije 3000-5000 IU vitamina D3
- Terapija hipoparatiroidizma i pseudohipoparatiroidizma 10000-200000 IU vitamina D3. Potrebno je kontrolisati nivo kalcijuma u serumu i u urini.

Uticaj vitamina D3 i D2 na koncentraciju seruma 25-Hidroksivitamin D^[1,2]

