



## Welche Nährstoffe enthält NATUR VITAL WHOLEFOOD KELP?

1 Kapsel enthält durchschnittlich:

Kelp.....400 mg

darin enthaltenes Jod.....280 µg

Hilfstoffe:

Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle).

Das Produkt ist frei von Weizen, Gluten, Soja, Zucker, Laktose, Hefe, synthetischen Farb- und Süßstoffen, Aroma- und Konservierungsstoffen.

Veganes Produkt | Ohne Gentechnik

Verzehrempfehlung:

1 Kapsel täglich zu einer Mahlzeit einnehmen.

Hinweis:

Bei Schilddrüsenüberfunktion sollte die Einnahme nach therapeutischer Absprache erfolgen

Nicht geeignet für Jodallergiker.

## Wann wird die Einnahme von NATUR VITAL WHOLEFOOD KELP empfohlen?

- Jodmangelstruma („Kropf“)
- Schilddrüsenunterfunktion
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Wachstumsphase
- Anregung des Energiestoffwechsels
- Gewichtsregulierung
- Vegetarier und Veganer
- Ernährung mit viel Kohlgemüse
- Hoher Kaffee- und Schwarztee-konsum
- Lern- und Konzentrationsstörungen

Überreicht durch:



GF: Mario Müller  
Talstr. 7, 01099 Dresden  
Tel.: +49 351 33292555  
E-Mail: [info@energyvital.de](mailto:info@energyvital.de)  
[www.energyvital.de](http://www.energyvital.de)

WHOLEFOOD

**KELP**  
Braunalge



## Welche Vitalstoffe sind in NATUR VITAL WHOLEFOOD KELP enthalten?

NATUR VITAL WHOLEFOOD KELP enthält 100 % reine Braunalge (*Ascophyllum nodosum*). Die Meeresalge ist eine natürliche Quelle für organische Jodverbindungen und beinhaltet ein breites Spektrum an Mineralstoffen und Spurenelementen.

Die frischen Algen bestehen zu 90 % aus Wasser. In getrockneter und konzentrierter Form bilden sie ein wertvolles Nahrungsergänzungsmittel.

## Warum brauchen wir Jod?

Jod ist ein wichtiger Baustein der Schilddrüsenhormone Trijodthyronin (T3) und Thyroxin (T4).

Die Schilddrüsenhormone haben eine wichtige Funktion im Stoffwechsel von Eiweißen, Kohlenhydraten und Fetten. Die Schilddrüse regelt zudem den Energiegrundumsatz und die Körpertemperatur. Des Weiteren beeinflusst sie die körperliche und geistige Entwicklung im Wachstum sowie die Leistungsfähigkeit.

## Woran erkennt man einen Jodmangel?

Ein Jodmangel kann zu einer Unterfunktion der Schilddrüse und zu einer Schilddrüsenvergrößerung (Struma) führen.

Die Symptome einer Unterfunktion können chronische Müdigkeit und Abgeschlagenheit sein. Häufig zeigt sich schuppige, trockene Haut und glanzloses Haar sowie Haarausfall. Auch Lernschwierigkeiten und Konzentrationsstörungen können auftreten.

Bei einer Schilddrüsenunterfunktion sollte auch immer eine ausreichende Versorgung mit Selen sichergestellt sein.

## Wer braucht zusätzlich Jod?

Während der Schwangerschaft und Stillzeit besteht ein erhöhter Jodbedarf. Auch Kinder und Jugendliche im Wachstum brauchen eine ausreichende Versorgung mit Jod.

Raucher, Vegetarier und Veganer sowie Sportler und Senioren können ebenfalls einen Jodmangel entwickeln.

Ein Vitamin A-, Eisen- und Selenmangel können die Jodverwertung verringern.

## Warum ist eine Jod Supplementierung sinnvoll?

Deutschland ist ein sogenanntes Jodmangelgebiet, d.h. über die Ernährung wird durchschnittlich zu wenig Jod aufgenommen.

Zudem verhindert der Konsum von Schwarztee, Kaffee und bestimmten Kohlsorten die Jodverwertung.

Eine Nahrungsergänzung mit Jod wird von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlen. Erwachsene sollen täglich 200 µg Jod zu sich nehmen. Diese Menge entspricht einer Kapsel WHOLEFOOD KELP.

Beim Vorliegen einer Schilddrüsenüberfunktion oder Jod-Allergie ist jedoch Vorsicht geboten. In solchen Fällen darf Wholefood Kelp wegen des hohen Jodgehalts nur mit ärztlicher Absprache erfolgen.

Beim Vorliegen einer Schilddrüsenüberfunktion oder eines autonomen Knotens, sollte die tägliche Jodzufuhr von 200 µg nicht überschritten werden.

## Was ist das Besondere an NATUR VITAL WHOLEFOOD KELP?

Die getrockneten Algen tragen das Organic-Standard-Siegel der Soil Association (Bio-Siegel in UK).

Durch die Zertifizierung wird gewährleistet, dass die Algen frei von Verunreinigungen und Schadstoffen sind.

WHOLEFOOD KELP stammt aus einer natürlichen, sauberen, nachhaltigen Quelle und hat einen gleichbleibend hohen Anteil an Jod.

NATUR VITAL Nahrungsergänzungsmittel enthalten sorgfältig ausgewählte Rohstoffe von höchster Qualität und Reinheit. Sie sind garantiert frei von gentechnisch veränderten Substanzen (GMO free) und verzichten auf unnötige Zusatzstoffe und Hilfsstoffe.