Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Overzicht

Multivitaminen per dag, 60 capsules

Productnummer: VS4782



Prijs

Hoeveelheid	Prijs per eenheid	Basisprijs
Tot 1	€ 25,95	€ 682,89 / 1 Kilogramm
Tot 4	€ 24,65	€ 648,68 / 1 Kilogramm
Vanaf 5	€ 23,35	€ 614,47 / 1 Kilogramm

Prijzen incl. BTW en excl. verzendkosten

Beschrijving

De multivitaminebasis vanaf 14 voor dagelijks gebruik

Iedere Dag capsules is een multivitamine ontwikkeld voor jongeren vanaf 14 jaar (1 capsule dagelijks) en volwassenen (2 capsules dagelijks), speciaal bedoeld voor degenen die capsules verkiest boven tabletten.

Dit product wordt, net als de andere multivitaminen uit de Iedere Dag-lijn, gekenmerkt door zijn specifieke samenstelling en zorgvuldig geselecteerde ingrediënten en verbindingen van vitaminen en mineralen. Deze formule

omvat onder andere vitamine D3, K1 en K2 evenals de biologisch actieve vormen van B2, B6 en B12. Daarnaast wordt een superieure vorm van folaat gebruikt (5-MTHF onder de merknaam Quatrefolic®). Vitamine C bestaat uit een vorm van magnesiumascorbaat zonder zuur en met goede opname. De mineralen bestaan uit verbindingen die goed worden opgenomen. Het product is gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten en afgestemd op actuele gegevens over de voedingsstatus in West-Europa en de optimale inname per voedingsstof.

B-vitaminen in ideale vorm en hoeveelheid

De multivitaminen van Iedere Dag bevatten een ruime, maar aanvaardbare hoeveelheid B-vitaminen. Hierbij zijn uitgebreid de dagelijkse behoefte, de gemiddelde innamehoeveelheden en hun ondergrenzen onderzocht. Niet alleen de nieuwste wetenschappelijke inzichten en de veilige bovengrenzen worden in ogenschouw genomen, maar ook in welke mate het lichaam in staat is de verschillende B-vitaminen om te zetten.

Bovendien bevatten alle formules de biologisch actieve vormen van vitamine B2 (riboflavine-5'-fosfaat), B6 (pyridoxal-5'-fosfaat), B12 (methyl- en adenosylcobalamine) en folaat (5-methyltetrahydrofolaat-glucosaminezout). Dit zijn de door het lichaam gebruikte vormen en onderzoek toont aan dat deze een hogere biologische beschikbaarheid in het lichaam hebben.

Pyridoxal-5'-fosfaat als vorm van vitamine B6

Er kan af en toe een tintelend of doof gevoel in handen of voeten optreden bij het innemen van zeer hoge hoeveelheden vitamine B6. Om die reden geldt in Nederland een maximale veilige bovengrens van 21 mg per dag voor volwassenen voor vitaminepreparaten. De Iedere Dag-multis liggen ver onder deze waarde (maximaal 2,1 mg). Daarnaast wordt uitsluitend de biologisch actieve vorm van vitamine B6, pyridoxal-5'-fosfaat (P-5'-P), gebruikt in plaats van pyridoxine-HCl, dat in het lichaam eerst omgezet moet worden. Momenteel wordt onderzocht of de hierboven genoemde bijwerkingen alleen optreden bij vitamine B6 in de vorm van pyridoxine-HCl en niet of in mindere mate bij pyridoxal-5'-fosfaat. Er zijn aanwijzingen dat alleen pyridoxine-HCl in hoge doseringen neurotoxisch is.

Folaat als 5-methyltetrahydrofolaat

De synthetische vorm van foliumzuur (pteroylmonoglutaminezuur), die om stabiliteitsredenen meestal in voedingssupplementen wordt gebruikt, komt niet in de natuur voor. In voedingsmiddelen komt het voor als folaat. Foliumzuur uit supplementen moet in het lichaam worden omgezet in tetrahydrofolaat en vervolgens in 5-methyltetrahydrofolaat (5-MTHF). Onderzoek heeft aangetoond dat bij een aanzienlijk aantal personen dit complexe omzettingsproces verre van optimaal verloopt. Supplementatie met 5-MTHF lost dit probleem op.

De Iedere Dag-multis gebruiken de superieure vorm 5-methyltetrahydrofolaat, gebonden aan een glucosaminezout (bekend onder de merknaam Quatrefolic®). Dankzij deze binding met een plantaardig glucosaminezout kan de biologisch actieve vorm stabiel worden gehouden en een optimale opname worden gewaarborgd. Studies tonen de superieure wateroplosbaarheid, stabiliteit en biologische beschikbaarheid van Quatrefolic® aan. 5-MTHF kan bovendien de bloed-hersenbarrière passeren, in tegenstelling tot de "gewone" (synthetische) vorm van foliumzuur.

Vitamine B12 in de vorm van adenosyl- en methylcobalamine

De opname van vitamine B12 via de voeding is een ingewikkeld proces. Er zijn aanwijzingen dat de NRV (voorheen RDA) van 2,5 µg per dag mogelijk te laag is vastgesteld en dat de behoefte bij gezonde volwassenen en oudere mensen kan variëren en boven 20 µg per dag kan uitkomen. Om te waarborgen dat een voldoende inname van vitamine B12 wordt bereikt en rekening te houden met de veiligheid van B12-preparaten, bevatten de Iedere Dag-multivitaminen hogere doseringen van de biologisch actieve vormen methyl- en adenosylcobalamine.

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

De meeste andere multivitaminen en B12-producten bevatten cyanocobalamine, een goedkope, kunstmatige vorm van vitamine B12 die niet natuurlijk voorkomt en door het lichaam omgezet moet worden in zijn actieve vormen. Daarbij wordt het cyanide van het cobalamine (B12) gescheiden en moet het daarna door het lichaam worden afgebroken. Volgens studies is de biologische beschikbaarheid van vitamine B12 als methyl- en adenosylcobalamine hoger dan die van cyanocobalamine.

Vitamine D in hoge hoeveelheden uit plantaardige bronnen

In de afgelopen jaren zijn Europese overheidsinstanties tot het inzicht gekomen dat de waarde voor een adequate vitamine D-inname via de voeding (15 µg) hoger zou moeten worden vastgesteld en dat een verhoging van de maximaal toegestane dosis (100 µg) mogelijk is. In Nederland is men nog terughoudend: men zegt dat 10 µg voldoende zou zijn en dat de bovengrens op 75 µg zou moeten liggen. Vreemd genoeg bedraagt de NRV (of RDA) nog steeds 5 µg. In de orthomoleculaire wereld is het belang van hogere doseringen echter al lang bekend. Leidend deskundigen op het gebied van vitamine D adviseren dat de calcidiolwaarde bij volwassenen minstens 75 nmol/l moet zijn. Om een dergelijke vitamine-D-waarde te handhaven, wordt een orale dosis vitamine D3 van ongeveer 25–75 µg per dag geschat.

In de Iedere Dag-multis zitten hoge hoeveelheden vitamine D3 (cholecalciferol). Deze vorm is veel effectiever in het verhogen van de vitamine-D-waarde dan vitamine D2 (ergocalciferol). Bovendien gebruiken de nieuwe Iedere Dag-multis plantaardige vitamine D3 (Vitamin D3V®). De reden hiervoor is dat het uit algen en niet uit schapenwolvet (zoals de meeste vitamine-D3-producten) wordt vervaardigd. Hierdoor zijn alle multivitaminen uit het Iedere Dag-assortiment nu ook geschikt voor veganisten.

Vitamine K1 en K2

De Iedere Dag-multivitaminen bevatten nu een kleine hoeveelheid vitamine K1 en een grotere dosering vitamine K2. Vitamine K1 wordt voornamelijk door de lever opgenomen en is vooral verantwoordelijk voor de activatie van stollingsfactoren. Vitamine K2 heeft daarentegen een hogere biologische beschikbaarheid, wordt ruim verspreid in lichaamsweefsels en activeert daardoor effectiever andere vitamine-K-afhankelijke enzymen zoals osteocalcine en MGP. Deze zorgen er onder andere voor dat calcium correct wordt opgenomen en op de juiste plaats terechtkomt, namelijk in de botten.

Voor de essentiële functie van bloedstolling gebruikt het lichaam vitamine K altijd als eerste. Vitamine K2 is een aanzienlijk duurdere grondstof dan vitamine K1. Daarom wordt een kleine hoeveelheid K1 aan de multivitaminen toegevoegd, zodat dit voor de primaire bloedstollingsfunctie kan worden gebruikt en K2 voor de overige, eveneens zeer belangrijke functies.

Overigens is de reguliere NRV voor vitamine K gebaseerd op de hoeveelheid die nodig is voor normale bloedstolling. Het is vreemd dat de optimale dosering van vitamine K voor andere door dit vitamine afhankelijke lichaamsprocessen niet is meegenomen.

Stabiliteit van vitamine K2

Het lijkt erop dat vitamine K2 een zeer gevoelige stof is. Vooral in combinatie met magnesium en/of calcium neemt de hoeveelheid van deze vitamine in een capsule of tablet snel af. Het is een echte uitdaging om vitamine K2 in een product met hoge doseringen calcium en/of magnesium te gebruiken. Daarom gebruikt Vitals een K2-toevoeging van het merk K2VITAL™ DELTA, die zelfs in een formule met veel van deze mineralen stabiel blijft. Een gepatenteerd micro-enkapselingsproces beschermt de vetoplosbare K2-deeltjes met twee lagen tegen reacties met andere ingrediënten. Een onafhankelijk laboratorium heeft op verzoek van Vitals de stabiliteit van K2VITAL™ DELTA onderzocht en vastgesteld dat het de beste prestaties levert. Er werd vergeleken met andere vitamine-K2-merken, vooral in combinatie met de ingrediënten van de Vitals-producten. Men concludeerde dat een K2-bescherming onmisbaar is, dat het K2-gehalte bij K2VITAL™ DELTA constant bleef en dat het superieur was aan andere

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

K2-ingrediënten.

Natuurlijk magnesium uit de zee

Voor de multivitaminen wordt vanaf nu het magnesiumproduct van het merk Aquamin® gebruikt, dat uit de zee wordt gewonnen. Het magnesium (Aquamin Magnesium) is afkomstig uit zeewater van de Ierse Zee en onderzoeken tonen aan dat het goed door het lichaam wordt geabsorbeerd. Het grondmateriaal bevat naast ongeveer 35% elementair magnesium ook kleine hoeveelheden andere mineralen en sporenelementen.

IJzer, zink en koper in de vorm van aminozuurchelaat (bisglycinaat)

Voor de mineralen ijzer, zink en koper zijn bisglycinaten geselecteerd als aminozuurchelaten. Elk mineralendeeltje wordt daarbij krachtig gebonden (gechelateerd) aan twee moleculen van het aminozuur glycine. Mineralen in deze samengestelde vorm bereiken de dunne darm effectief en worden daar zeer goed opgenomen. Bovendien zijn ze maagvriendelijk, wat met name bij ijzer een voordeel kan zijn. Aminozuurchelaten van Albion Minerals worden door Vitals doelbewust gekozen, herkenbaar aan het merk TRAACS®, dat staat voor “The Real Amino Acid Chelate System”. Dit merk dient om zich te onderscheiden van andere aminozuurchelaten die mogelijk van mindere kwaliteit of instabiel zijn. Albion bezit wereldwijd meer dan 100 patenten die het proces, de wetenschap en de structuur van hun aminozuurchelaat-mineralen beschermen.

Uniek: relatief hoge dosering choline

Choline wordt al geruime tijd min of meer standaard in multivitaminen gebruikt. Maar vrijwel altijd in lage doseringen (tussen 10–30 mg), omdat er niet veel over bekend was. Dat verandert echter steeds meer! In 2012 heeft de Europese Commissie drie gezondheidsclaims voor choline goedgekeurd die gelden bij een dosis van minstens 82,5 mg. Het is belangrijk voor een normaal vetmetabolisme, homocysteïnemetabolisme en een normale leverfunctie. In 2016 werd in Amerika voor het eerst een RDA van 550 mg/dag vastgesteld, gebaseerd op klinisch onderzoek speciaal ter bepaling van de dagelijkse behoefte. In 2016 besliste de EFSA eveneens dat choline een essentieel voedingsstof is, maar heeft nog geen NRV vastgesteld. De adequate inname werd vastgesteld op 400 mg/dag, gebaseerd op de gemiddelde inname in Europese landen en niet op de Amerikaanse studie die 550 mg/dag aangaf. De gemiddelde inname door volwassenen in Europa varieert tussen 291 en 468 mg/dag. Reden genoeg om een royale hoeveelheid choline in een dagelijkse multivitamine op te nemen!

In onze Iedere Dag-multis gebruiken we choline van het merk VitaCholine®. Dit merk staat voor de hoogste kwaliteit en er is veel onderzoek mee gedaan.

Luteïne, zeaxanthine en meso-zeaxanthine

Luteïne, zeaxanthine en meso-zeaxanthine zijn natuurlijke carotenoïden. In het lichaam bevindt zich een hoge concentratie van deze stoffen in het netvlies (retina) en de gele vlek (macula lutea). Het lichaam kan luteïne en zeaxanthine niet zelf aanmaken en moet ze uit de voeding halen. Ze komen onder andere voor in bladgroenten en in rood, geel en oranje fruit en groenten. Meso-zeaxanthine komt slechts in zeer geringe mate in voeding voor (garnalen, zalmhuid, huid en vlees van forel). Het wordt hoofdzakelijk in het netvlies gevormd door omzetting van luteïne via een enzymatische reactie. Het kan echter goed via supplementen worden ingenomen. Meso-zeaxanthine is sinds relatief korte tijd bekend als een zeer goede toevoeging en heeft de voorkeur boven een supplement dat alleen luteïne en zeaxanthine bevat.

Voedingswaarde eigenschappen

- Vitamine B1, B2, B3, B5, B6 en B12, biotine, vitamine C, magnesium, ijzer, jodium en koper ondersteunen het energieniveau
- Vitamine B2, B3, B5, B6 en B12, folaat, vitamine C, magnesium en ijzer kunnen helpen bij vermoeidheid

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

- Vitamine A, B6 en B12, folaat, vitamine C, D, ijzer, koper, selenium en zink hebben een positieve invloed op het immuunsysteem
- Vitamine B2, C en E, koper, selenium en zink beschermen de cellen tegen oxidatieve stress
- Vitamine B1, B2, B3, B6, B12, biotine, vitamine C, magnesium, jodium en koper ondersteunen het zenuwstelsel
- Ijzer, jodium en zink dragen bij aan een normale cognitieve functie
- Vitamine B1, B3, B6 en B12, biotine, folaat, vitamine C en magnesium ondersteunen de mentale functies (zoals concentratievermogen en geheugen) en de gemoedstoestand
- Vitamine B5 en folaat dragen bij aan stressbestendigheid
- Vitamine A, B2 en zink zijn goed voor het gezichtsvermogen
- Vitamine C, D en K en zink zijn goed voor de botten
- Vitamine K draagt bij aan de opname van calcium in de botten
- Vitamine K is nodig voor de normale functie van de bloedstolling
- Vitamine C en D zijn goed voor de conditie van de tanden
- Biotine, selenium en zink zijn goed voor de gezondheid van het haar
- Koper ondersteunt de normale pigmentatie van huid en haren
- Vitamine A, B2, B3 en C, biotine, jodium en zink zijn goed voor de gezondheid van de huid
- Selenium en zink zijn goed voor de gezondheid van de nagels
- Jodium en selenium ondersteunen de normale functie van de schildklier
- Vitamine D en magnesium ondersteunen de functie van de spieren
- Vitamine B1 ondersteunt de normale functie van het hart
- Magnesium draagt bij aan de vorming van cellen en weefsels
- Magnesium helpt bij de opbouw van eiwitten in het lichaam
- Magnesium draagt bij aan een goed elektrolytenevenwicht
- Choline draagt bij aan een normaal homocysteïnemetabolisme
- Choline draagt bij aan het behoud van de structuur van celmembranen en een normaal vetmetabolisme

Voedingswaardeverklaring

Micronutriënten	**per dagportie 2 capsules**
Vitamine A	600 µg (75 %*)
Vitamine D	25 µg (500 %*)
Vitamine E	24 mg α-TE** (200 %*)
Vitamine K	112,5 µg (150 %*)
Vitamine C	100 mg (125 %*)
Thiamine	4,4 mg (400 %*)
Riboflavine	4,2 mg (300 %*)
Niacine	20 mg NE*** (125 %*)
Vitamine B6	2,1 mg (150 %*)
Folaat	200 µg (100 %*)
Vitamine B12	20 µg (800 %*)
Biotine	60 µg (120 %*)
Pantotheenzuur	9 mg (150 %*)

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Molybdeen	25 µg (50 %*)
Ijzer	4 mg (29 %*)
Zink	5 mg (50 %*)
Koper	0,25 mg (25 %*)
Seleen	55 µg (100 %*)
Jodium	75 µg (50 %*)
Magnesium	60 mg (16 %*)

*Referentiewaarde volgens Verordening (EU) nr. 1169/2011
**Vermelding van vitamine E-gehalte (α-TE = totale alfa-tocoferol-equivalenten)
***Niacine-equivalent

Waardebelevende ingrediënten

Waardebelevende stoffen*	**per dagportie 2 capsules**
Beta-caroteen (uit Dunaliella salina)	1,8 mg
Choline (bitartraat, VitaCholine®)	85 mg
Citrus-bioflavonoïdencomplex	33 mg
daarvan hesperidine	20 mg
Luteïne (uit Tagetes erecta)	5 mg
meso-Zeaxanthine (uit Tagetes erecta)	5 mg
Zeaxanthine (uit Tagetes erecta)	1 mg
Q10 (natuurlijk, ubiquinon)	40 mg

* Geen referentiehoeveelheid volgens LMIV opgegeven
Quatrefolic® is een gepatenteerd product en een geregistreerd merk van Gnosis.
VitaCholine® is een geregistreerd merk van Balchem Corporation.
Vitamin D3V® is een geregistreerd merk van ProTecNutra Ltd.
K2VITAL™ is een handelsmerk van Balchem Corporation of haar dochterondernemingen.
Aquamin® is een geregistreerd merk van Marigot Ltd.
Ferrochel® en TRAACS® (“The Real Amino Acid Chelate System”) zijn geregistreerde merken van Albion Minerals.

Ingrediënten

Mineralen (magnesium, zink, ijzer, molybdeen, seleen, silica, koper, jodium), vitaminen (C, E, B3, D3, B5, K2, B2, B1, A, B6, K1, folaat, biotine, B12), cholinebitartraat, plantaardige capsule (pullulan, uit gefermenteerd zetmeel), rijstmeel (Oryza sativa), Q10, gemengde tocopherolen, citrus-bioflavonoïdencomplex (Citrus sinensis), antiklontermiddel (magnesiumzouten van voedingsvetzuren), luteïne, meso-zeaxanthine, stabilisator (calciumacetaat), beta-caroteen, zeaxanthine, vulstoffen (microkristallijne cellulose [cellulosegel], hydroxypropylcellulose).

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

Kontakt:
Telefon: 015773998502
E-Mail: pdf@energyvital.de

Rechtliches:
Amtsgericht Dresden
USt-ID-Nr.: DE352285297

Aanbevolen gebruik

2 capsules per dag met water bij een maaltijd innemen.

Voorzichtig

Dit voedingssupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar (wettelijk verplichte melding voor producten met meer dan 20 µg vitamine D per dagdosis).

Bewaarinstructies

Koel, droog, beschermd tegen licht bewaren (niet in de koelkast).

Wettelijke opmerkingen

De aanbevolen dagelijkse dosering mag niet worden overschreden. Voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een gevarieerde en evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl. Buiten bereik van kleine kinderen bewaren.

Productinformatie

Secundaire plantstoffen:	Flavonoïden
Toepassing:	Immuunsysteem
Toedieningsvorm:	In veganistische capsules.
Micronutriënten:	Biotine, Chloor, Fluor, Foliumzuur, IJzer, Jodium, Koper, Magnesium, Molybdeen, Niacine, Pantotheenzuur, Riboflavine, Selenium, Thiamine, Vitamine A, Vitamine B-complex, Vitamine B6, Vitamine B12, Vitamine C, Vitamine D, Vitamine E, Vitamine K, Zink
Kwaliteit:	Glutenvrij, Lactosevrij, Veganistisch
Productsoort:	Voedingssupplementen