Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

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

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

Übersicht

Selen energetisiert 100 µg, 90 Kapseln

Produktnummer: PM6710



Preis

Anzahl	Stückpreis	Grundpreis
Bis 1	13,90 €	868,75 € / 1 Kilogramm
Bis 4	13,20 €	825,00 € / 1 Kilogramm
Ab 5	12,50 €	781,25 € / 1 Kilogramm

Preise inkl. MwSt. zzgl. Versandkosten

Beschreibung

Selen energetisiert – das Multitalent unter den Spurenelementen

Multitalent Selen – Selen kommt als Spurenelement in zahlreichen Enzymen vor und hat daher vielerlei Funktionen in unserem Körper. So ist es unter anderem Bestandteil antioxidativer Enzyme, leistet einen Beitrag für ein normal funktionierendes Immunsystem und für normale Haare und Nägel. Besondere Bekanntheit hat es aber auch durch seine Rolle in der Schilddrüse. Dort trägt es als Co-Faktor zu der Umwandlung des Schilddrüsenhormons T4 in die aktive T3-Form bei. Selen ist lebenswichtig, kann jedoch nicht eigens vom Körper hergestellt werden. Daher muss

es über die Nahrung zugeführt werden und macht eine besondere Beachtung der ausreichenden Versorgung ratsam.

Das meiste Selen beziehen wir aus pflanzlichen Lebensmitteln, welches diese wiederum aus dem Boden gezogen haben. Hier befindet sich jedoch leider auch das Problem. Denn die Selenkonzentration der Böden ist regional, aber auch überregional sehr unterschiedlich. Eine weitere Quelle ist in tierischen Lebensmitteln zu finden. Jedoch ist das für eine vegetarische oder vegane Ernährung verständlicherweise keine Option.

Selenbedarf und Natriumselenit vs. Selenmethionin

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, täglich 10–70 µg Selen aufzunehmen. Hier ist sehr das Alter zu beachten, also je jünger, desto weniger Selen muss täglich aufgenommen werden. So haben 10-Jährige einen Bedarf von 30 µg, Erwachsene einen Bedarf von 70 mg. Kinder von 1–4 Jahren lediglich 15 µg, es versteht sich daher von selbst, dass Selenkapseln für Erwachsene unbedingt sicher vor Kindern aufbewahrt werden müssen!

Das Upper Limit für Selen liegt bei 300 mg, also der Menge, die ein Erwachsener auf Dauer täglich aufnehmen kann, ohne dass eine schädliche Wirkung entsteht.
Selen ist ein besonders kritischer Nährstoff. Das heißt, eine Unterversorgung hat besonders schlimme Folgen für den Körper, ebenso aber auch eine Überversorgung. Eine tägliche Zufuhr von über 300 µg sollte daher vermieden werden, außer man hat die Anweisung eines Arztes oder Heilpraktikers, z. B. wegen eines starken Mangels, von dieser Empfehlung abzuweichen.

Natriumselenit ist anorganisches Selen, das im Körper sehr schnell aufgenommen wird und effektiv kurzfristig wirkt. Dafür ist aber auch die Gefahr einer Überdosierung höher.
Es eignet sich daher für Situationen, in denen Selen schnell und effektiv wirken soll, wie z. B. bei einem akuten Zinkmangel.

Selenmethionin ist organisches Selen, das im Körper verzögert aufgenommen wird. Dieses sowie Selenhefe eignen sich vor allem, wenn man einen größeren Mangel langfristig beheben will, weniger, wenn man eine effektive und schnelle Wirkung möchte. Dafür kann es aber auch nicht so schnell zu einer schädlichen Überdosierung kommen.

Diese weniger hoch dosierten Kapseln von Podomedi enthalten deshalb **Natriumselenit** und sind empfehlenswert, wenn man eine schnelle und gezielte Wirkung des Selen erreichen möchte!

Energetisiert – was steckt dahinter?

Selen wird in einem speziellen Herstellungsverfahren mit sich selbst verrieben. Verwendet wird dafür Natriumselenit. Dies sorgt für eine effektive Aufnahme und Verwertung und somit maximale Wirkung.

Nutritive Eigenschaften

- Selen trägt zu einer normalen Spermabildung bei.
- Selen trägt zur Erhaltung normaler Haare bei.
- Selen trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei.
- Selen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
- Selen trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei.
- Selen trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Nährwertdeklaration

Mikronährstoffe	**pro Tagesportion 1 Kapsel**

Adresse:
Talstr. 7
01099 Dresden

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

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

Selen	100 mg (182 %)

*Referenzwert nach Verordnung (EU) Nr. 1169/2011

Zutaten

Calciumcarbonat, Hydroxypropylmethylcellulose (veg. Kapsel), Selen.

Verzehrempfehlung

1 × täglich 1 Vcaps® Plus mit der Mahlzeit einnehmen.

Lagerungshinweise

Kühl, trocken, lichtgeschützt lagern (nicht im Kühlschrank).

Gesetzliche Hinweise

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Produktinformationen

Anwendung:	Haut & Haare, Immunsystem, Männer, Stoffwechsel, Zellschutz
Darreichung:	In veganen Kapseln.
Mikronährstoffe:	Selen
Qualität:	Glutenfrei, Laktosefrei, Vegan
Produktart:	Nahrungsergänzungsmittel

Erstellt am 21.11.2026. Dieses Dokument stellt kein Angebot dar. Es gelten die aktuellen Preise im Online-Shop.
Alle Preise inkl. gesetzl. Mehrwertsteuer zzgl. Versandkosten, wenn nicht anders angegeben.