



Forever Calcium®

Το **ασβέστιο** είναι το πιο κοινό μεταλλικό στοιχείο που βρίσκεται στον οργανισμό μας, και είναι υπεύθυνο για το 2% του συνολικού μας βάρους. Το μεγαλύτερο μέρος του ασβεστίου, (το 99%), βρίσκεται στα δόντια και τα οστά, ενώ το υπόλοιπο βρίσκεται στα νευρικά κύτταρα, το αίμα, τους ιστούς του οργανισμού και σε άλλα υγρά του σώματος. Από παλιά, συσχετιζόμενο με την ανάπτυξη και διατήρηση των οστών και δοντιών, το ασβέστιο είναι επίσης σημαντικό για την πήξη του αίματος και τη μετάδοση των νευρικών ερεθισμάτων στον εγκέφαλο.

Το ασβέστιο είναι απαραίτητο για τους μύες μας, προκειμένου να λειτουργήσουν και να απελευθερώσουν ορμόνες, συμπεριλαμβανομένης της ινσουλίνης. Σύμφωνα με το USDA, 75% των Αμερικανών δεν προσλαμβάνουν τις Συνιστώμενες Ημερήσιες Δόσεις ασβεστίου. Το ασβέστιο είναι το κύριο μέταλλο που ενισχύει τα οστά. Τα παιδιά και οι έφηβοι ιδιαίτερα, χρειάζονται επαρκείς ποσότητες ασβεστίου στη διατροφή τους, καθώς τα προεφηβικά και εφηβικά χρόνια είναι αυτά, κατά τη διάρκεια των οποίων μεγιστοποιούν την αποθήκευση ασβεστίου στα οστά τους, συμβάλλοντας στην αποφυγή προβλημάτων αργότερα στη ζωή τους και του κινδύνου μείωσης της ποσότητας της οστικής μάζας. Αυτό ισχύει λόγω του ότι η μέγιστη οστική μάζα και το περιεχόμενο του σκελετού σε ασβέστιο συγκεντρώνονται κατά τη διάρκεια των εφηβικών χρόνων. Οι έφηβοι, και κυρίως τα κορίτσια, διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αναπτύξουν αδύναμα οστά και να υποστούν σοβαρούς τραυματισμούς, αργότερα στη ζωή τους.

Το ασβέστιο των οστών αρχίζει να μειώνεται στην αρχή της ενηλικίωσης και καθώς μεγαλώνουμε επέρχεται μια σταδιακή απώλεια ασβεστίου από τα οστά, ιδιαίτερα στις γυναίκες. Επαρκές ασβέστιο στη διατροφή μας μπορεί να μας βοηθήσει να ελαχιστοποιήσουμε την απώλεια αυτή. Μια διαίτα υψηλή σε ασβέστιο φαίνεται να ενθαρρύνει τον οργανισμό να καίει περισσότερο λίπος και να μειώνει την ποσότητα νέου λίπους, που κατακρατείται από τον οργανισμό.

Εκτιμήσεις δείχνουν ότι περίπου 30 με 50 εκατομμύρια Αμερικανών έχουν δυσανεξία προς τη λακτόζη (ένα φυσικό σάκχαρο που βρίσκεται στο γάλα και τα γαλακτοκομικά προϊόντα). Οι άνθρωποι που παρουσιάζουν δυσανεξία στη λακτόζη δεν μπορούν να τη χωνέψουν και επομένως, ενδέχεται να μην καταναλώνουν αρκετά γαλακτοκομικά προϊόντα, για την κάλυψη των αναγκών τους σε ασβέστιο. Για άτομα που είτε δεν ανέχονται τη λακτόζη είτε δεν τους αρέσουν τα γαλακτοκομικά, τα Συμπληρώματα Ασβεστίου αποτελούν μια επιλογή. Το πιο αποτελεσματικό είναι το Κιτρικό Ασβέστιο, επειδή διαλύεται εύκολα στο στομάχι και απορροφάται αποτελεσματικά.

Το Forever Calcium είναι μια φόρμουλα υψηλής πυκνότητας Κιτρικού Ασβεστίου, που προσφέρει στον οργανισμό σας μια πολύ μεγάλη ποσότητα της Ημερήσιας Συνιστώμενης Δόσης Ασβεστίου. Αναμειγμένη με μια μικρή δόση γεύσης βανίλιας, η ημερήσια μερίδα του Forever Calcium περιέχει 500mg Ασβεστίου σε συνδυασμό με βιταμίνη D και Μαγνήσιο – δύο στοιχεία που είναι απολύτως σημαντικά για τη μεγιστοποίηση της απορρόφησης Ασβεστίου. Ένα δισκίο Forever Calcium καθημερινά με το πρωινό και ένα με το βραδινό είναι ένας εύκολος όσο και αποτελεσματικός τρόπος, για να εξασφαλίσετε όλο το Ασβέστιο που χρειάζεστε, για την ενίσχυση της καλής υγείας των οστών.

Διατροφικές Πληροφορίες

Ποσότητα Δοσολογία	2 Δισκία	
Δόσεις Ανά Συσκευασία	45	
Ποσότητα ανά Δόση	% Ημερήσιες Ποσότητες	
Θερμίδες	5	
Σύνολο Υδατανθράκων	1g	
Βιταμίνη D (ως Χοληκαλσιφερόλη)	200IU	100%*
Ασβέστιο (ως Κιτρικά άλατα Ασβεστίου)	500 mg	71,4%*
Μαγνήσιο (ως Οξειδίο Μαγνησίου)	200mg	66,7%*

* Οι Συνιστώμενες Ημερήσιες Ποσότητες σύμφωνα με την Ελληνική Νομοθεσία.

ΆΛΛΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Όξινο Φωσφορικό Ασβέστιο, Στεατικό Οξύ, Καρμελόζη Νατρίου, Διασταυρούμενη, Στεατικό Μαγνήσιο, Εκχύλισμα Σόγιας, Κιτρικό Οξύ, Υδροξυπροπυλομεθυλοκυτταρίνη, Φυσικό Βελτιωτικό γεύσης. **Περιέχει Σόγια.**

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

90 μαλακές κάψουλες.

ΟΔΗΓΙΕΣ

Λαμβάνετε έως δύο δισκία ημερησίως με νερό.



- Σύνθεση Κιτρικού Ασβεστίου, σε συνδυασμό με Βιταμίνη D και Μαγνήσιο

- Είναι εύκολο στην πέψη και απορροφάται αποτελεσματικά



ΚΩΔΙΚΟΣ # 1206

Τα προϊόντα που αναφέρονται δεν προορίζονται να διαγνώσουν, κατενάσουν, θεραπεύσουν ή αναστείλουν μία συγκεκριμένη ασθένεια ή κατηγορία ασθενειών. Θα πρέπει να συμβουλευτείτε τον οικογενειακό σας γιατρό, εάν αντιμετωπίζετε κάποιο ιατρικό πρόβλημα.