



## Forever Calcium®

Vápnik je najbežnejšia minerálna látka ľudského tela, tvorí okolo 2 % celkovej hmotnosti. Väčšina vápnika (99 %) sa nachádza v kostiach a zuboch, zvyšok sa nachádza v nervových bunkách, krvi, tkanive a v ostatných telesných tekutinách. Vápnik sa považuje za dôležitý pre rast a zdravie zubov a kostí, no je rovnako nevyhnutný pre zrážanlivosť krvi a prenos nervových impulzov. Je potrebný pre funkciu svalov a tvorbu hormónov, vrátane inzulínu. Nedostatočným prísunom vápnika môže podľa rôznych výskumov trpieť až 75 % populácie.

Vápnik je najdôležitejšou minerálnou látkou, ktorá pomáha posilňovať kosti. Vo svojej výžive ho potrebujú najmä deti a mladiství, pretože práve v tomto veku sa maximálne ukladá do ich kostry. Najvyššia hodnota hmoty kostí a obsahu vápnika v kostre sa dosahuje v tínedžerskom období. Tínedžeri, najmä dievčatá, sú vystavení zvýšenému riziku nedostatočnej výstavby kostry a následne vážnym problémom v neskoršom období života. Obsah vápnika začína klesať začiatkom dospelosti a progresívna strata kostného vápnika sa prejavuje najmä u starších žien. Dostatočné množstvo vápnika vo výžive môže pomôcť minimalizovať túto stratu. Výživa bohatá na vápnik pomáha telu spaľovať viac tukov a znižuje množstvo tukov, ktoré sa v tele ukladajú. Podľa odhadov cca 10 až 20 % populácie je intolerantnej na laktózu. Títo ľudia nie sú schopní stráviť laktózu, prírodný sacharid, ktorý sa nachádza v mlieku a mliečnych výrobkoch a preto nemôžu skonzumovať dostatok mliečnych výrobkov na pokrytie potreby vápnika. Pre ľudí, ktorí netolerujú laktózu, alebo nemajú radi mliečne výrobky, môžu byť alternatívou doplnky

s vápnikom. Najúčinnším je citrát vápenatý, ľahko sa rozpúšťa v žalúdku a účinne sa absorbuje. Forever Calcium tvorí citrát vápenatý ultravysoké hustoty, ktorý je ochutený vanilkovou príchuťou, skombinovaný s vitamínom D a magnéziom – dvomi prvkami, ktoré sú pre maximálnu absorpciu vápnika nevyhnutné. Forever Calcium vám poskytne dostatočné množstvo vápnika pre podporu zdravia vašich kostí.

### OSTATNÉ ZLOŽKY:

stredný fosforečnan vápenatý, kyselina stearová, stearan horečnatý, sójový extrakt, kyselina citrónová, hydroxypropylmetylcelulóza, prírodná príchuť, kroskarmelcelulóza  
Obsahuje sóju.

### ÚDAJE O DOPLNKU

Dávka: 4 tablety denne

Množstvo na dávku	% ODP
kalórie 10	
celkové sacharidy 2 g	<1%*
diétna vláknina 1 g	4%
vitamín D (ako cholekalciferol) 400 IU	100%*
kalcium (ako citrát vápenatý) 1000 mg	100%*
horčík (ako oxid horečnatý) 400mg	100%

\* Percentá odporúčaného množstva denného príjmu (ODP) sú založené na diéte s hodnotou 2 000 kcal.

OBSAH:  
90 tabliet

DÁVKOVANIE:  
3-4 tablety denne s jedlom



- citrát vápenatý v zložení kombinovanom s vitamínom D a horčíkom
- ľahko stráviteľné, s maximálne účinnou absorpciou
- 1000 mg vápnika v dennej dávke



PRODUKT #206

Predstavené výrobky obsahujú vitamíny a minerálne látky, dopĺňajú ich nedostatok vo výžive a tým pomáhajú posilňovať zdravie. Nemajú za účel diagnostikovať, zmierňovať, liečiť, uzdravovať alebo predchádzať špecifickým chorobám alebo skupinám ochorení. Ak máte zdravotný problém, konzultujte ho so svojim lekárom.