



mycare.de

ONLINE-APOTHEKE

Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare.

Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen

rund um das Produkt - per E-Mail: service@mycare.de oder per Telefon:

0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: www.mycare.de

[Zum Produkt »](#)



Lieber Verwender von Orthomol Vital m,

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Vital m entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme.

Was ist Orthomol Vital m?

Orthomol Vital m ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Wichtige Mikronährstoffe zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung.

Vitamin C, Riboflavin (Vitamin B₂), Vitamin B₆, Vitamin B₁₂, Folsäure, Niacin, Pantothensäure und Magnesium tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Thiamin (Vitamin B₁), Riboflavin (Vitamin B₂), Vitamin B₆, Vitamin B₁₂, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Biotin, Magnesium, Jod, Mangan und Kupfer tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Thiamin (Vitamin B₁), Riboflavin (Vitamin B₂), Vitamin B₆, Vitamin B₁₂, Vitamin C, Niacin, Biotin, Magnesium, Kupfer und Jod tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Vitamin C, Vitamin E, Riboflavin (Vitamin B₂), Zink, Selen, Kupfer und Mangan tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA ein.

Wie nehme ich Orthomol Vital m ein?

Täglich den Inhalt eines Beutels in 150 - 200 ml stilles Wasser einrühren und zu oder nach einer Mahlzeit zusammen mit der Tablette und den Kapseln einnehmen.

Wie lange soll ich Orthomol Vital m einnehmen?

Orthomol Vital m kann über einen Zeitraum von mehreren Wochen eingenommen werden.

Was muss ich beachten?

- Orthomol Vital m in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapseln ist lactose- und glutenfrei.
- Dieses Produkt enthält eine separate Jodtablette. Sollten Sie an Funktionsstörungen der Schilddrüse leiden, sprechen Sie bitte vor der Einnahme mit Ihrem Arzt.
- Bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden (12 g Kohlenhydrate pro Tagesportion).
- Die enthaltene Gelatine stammt vom Rind.
- Orthomol Vital m enthält 165 µg Biotin pro Tagesportion. Wenn bei Ihnen ein Labortest (Immunoassay) durchgeführt wird, informieren Sie bitte Ihren Arzt bzw. das Laborpersonal über die Einnahme von Orthomol Vital m, da Biotin solche Tests beeinflussen kann.
- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Gibt es weitere nützliche Hinweise?

- Bedingt durch den Gehalt an Riboflavin (Vitamin B₂) kann es zur Gelbfärbung des Urins kommen.
- Das Produkt enthält unter anderem stark färbendes Beta-Carotin. Eventuell auftretende Flecken, z.B. auf Kleidungsstücken, sind schlecht zu entfernen.
- Im Einzelfall kann es zu leichtem Aufstoßen, bedingt durch das in den Kapseln enthaltene Fischöl (Omega-3-Fettsäuren), kommen. Um das Aufstoßen zu vermeiden, können Sie die Kapseln vor dem Schlafengehen einnehmen.

Wie lagere ich Orthomol Vital m?

Bewahren Sie Orthomol Vital m in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapseln bevorzugt kühl und trocken auf.

In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Vital m erhältlich?

- Granulat/Tablette/Kapseln
Das Granulat gibt es in zwei Geschmacksrichtungen: Orange und Grapefruit
- Tabletten/Kapseln
- Trinkfläschchen/Kapseln

Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

Herzlichst

Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH

Herzogstraße 30
40764 Langenfeld
Telefon 02173 9059-0
info@orthomol.de
www.orthomol.de



Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 15 g Granulat plus 1 Tablette und 2 Kapseln (1,9 g)

| | pro Tagesportion | % RM** |
|--|--------------------|--------|
| Vitamine | | |
| Vitamin A, davon | 1.117 µg RE° | 140 |
| aus Beta-Carotin | 667 µg RE° | |
| Vitamin D | 15 µg (600 I.E.°°) | 300 |
| Vitamin E | 150 mg alpha-TE°°° | 1.250 |
| (enthält u.a. Alpha- und Gamma-Tocopherol) | | |
| Vitamin K | 60 µg | 80 |
| Vitamin C | 530 mg | 663 |
| Thiamin (Vitamin B ₁) | 25 mg | 2.273 |
| Riboflavin (Vitamin B ₂) | 25 mg | 1.786 |
| Niacin | 60 mg NE* | 375 |
| Vitamin B ₆ | 20 mg | 1.429 |
| Folsäure | 400 µg | 200 |
| Vitamin B ₁₂ | 450 µg | 18.000 |
| Biotin | 165 µg | 330 |
| Pantothensäure | 30 mg | 500 |
| Mineralstoffe | | |
| Magnesium | 150 mg | 40 |
| Eisen | 8 mg | 57 |
| Zink | 10 mg | 100 |
| Kupfer | 0,5 mg | 50 |
| Mangan | 2 mg | 100 |
| Selen | 50 µg | 91 |
| Chrom | 30 µg | 75 |
| Molybdän | 60 µg | 120 |
| Jod | 150 µg | 100 |
| Sonstige Stoffe | | |
| Citrus-Bioflavonoide | 5 mg | *** |
| Lutein | 800 µg | *** |
| Lycopin | 200 µg | *** |
| Omega-3-Fettsäuren, davon | 600 mg | *** |
| Eicosapentaensäure (EPA) | 300 mg | *** |
| Docosahexaensäure (DHA) | 200 mg | *** |

Zutaten

Dextrose, Maltodextrin, Saccharose, **Fischöl** (5,9%), Säuerungsmittel Citronensäure, Magnesiumsalze der Zitronensäure, Natrium-L-ascorbat, Gelatine (aus Rind), DL-alpha-Tocopherylacetat, Magnesiumcarbonat, Stabilisator Gummi arabicum, L-Ascorbinsäure, Feuchthaltemittel Glycerin, Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Säuerungsmittel Äpfelsäure, Zinkgluconat, Aroma, Eisengluconat, Nicotinamid, Calcium-D-pantothenat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Emulgator Lecithine, Süßungsmittel Acesulfam K, Trennmittel Siliciumdioxid, Bioflavonoid-haltiger Citrusfrucht-Extrakt (aus *Citrus sp.*), gemischte Tocopherole, Mangansulfat, Süßungsmittel Sucralose, Überzugsmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte, Beta-Carotin (0,02%), Farbstoff Eisenoxide, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Lutein-haltiger *Tagetes erecta*-Extrakt (0,005%), Retinylacetat, Cyanocobalamin, Pteroylmonoglutaminsäure, Kaliumiodid, Lycopin (aus *Solanum lycopersicum*) (0,001%), D-Biotin, Chrom(III)-chlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat, Kupfersulfat, Phyllochinon, Cholecalciferol

° RE = Retinoläquivalente

°° I.E. = Internationale Einheiten

°°° alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente

* NE = Niacinäquivalente

** RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

*** keine Referenzmenge vorhanden

Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.