

Granulat plus Tablette/Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel

ortho  
norm

täglich gesünder leben.

#### Liebe Verwender:innen von orthonorm,

wir freuen uns, dass Sie sich für orthonorm entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomed. Orthomed 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 orthonorm?

orthonorm ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Vitamin C, Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin B<sub>12</sub>, Folsäure, Niacin, Pantothensäure und Magnesium tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

Thiamin (Vitamin B<sub>1</sub>), Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin B<sub>12</sub>, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Biotin, Magnesium, Jod, Mangan und Kupfer tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Thiamin (Vitamin B<sub>1</sub>), Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin B<sub>12</sub>, Vitamin C, Niacin, Biotin, Magnesium, Kupfer und Jod tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Vitamin C, Vitamin E, Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), 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 orthonorm 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 orthonorm einnehmen?

Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Verwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.

#### Was muss ich beachten?

- orthonorm in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapseln ist lactose- und glutenfrei.
- Die enthaltene Gelatine stammt vom Rind.
- Dieses Produkt enthält eine separate Jodtablette. Sollten Sie an Funktionsstörungen der Schilddrüse leiden, holen Sie bitte vor der Einnahme ärztlichen Rat ein.
- Bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden (12 g Kohlenhydrate pro Tagesportion).
- orthonorm enthält 165 µg Biotin pro Tagesportion. Wenn bei Ihnen ein Labortest (Immunoassay) durchgeführt wird, informieren Sie bitte das ärztliche Personal bzw. das Laborpersonal über die Einnahme von orthonorm, 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 B<sub>2</sub>) 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.

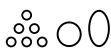
#### Wie lagere ich orthonorm?

Bewahren Sie orthonorm in der Darreichungsform Granulat/Tablette/Kapseln bevorzugt kühl und trocken auf.

#### In welchen Darreichungsformen ist orthonorm erhältlich?

- Granulat/Tablette/Kapseln
- Tabletten/Kapseln
- Trinkfläschchen/Kapseln

60208-00



# ortho norm

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

|   | pro Tagesportion                | % RM** |
|---|---------------------------------|--------|
| <b>Vitamine</b>                             |                                 |        |
| Vitamin A                                   | 1.117 µg RE <sup>°</sup>        | 140    |
| davon aus Beta-Carotin                      | 667 µg RE <sup>°</sup>          |        |
| Vitamin D                                   | 15 µg (600 I.E. <sup>°°</sup> ) | 300    |
| Vitamin E                                   | 150 mg alpha-TE <sup>°°°</sup>  | 1.250  |
| (enthält u. a. Alpha- und Gamma-Tocopherol) |                                 |        |
| Vitamin K                                   | 60 µg                           | 80     |
| Vitamin C                                   | 530 mg                          | 663    |
| Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )           | 25 mg                           | 2.273  |
| Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )        | 25 mg                           | 1.786  |
| Niacin                                      | 60 mg NE*                       | 375    |
| Vitamin B <sub>6</sub>                      | 8,5 mg                          | 607    |
| Folsäure                                    | 400 µg                          | 200    |
| Vitamin B <sub>12</sub>                     | 1.000 µg                        | 40.000 |
| Biotin                                      | 165 µg                          | 330    |
| Pantothensäure                              | 30 mg                           | 500    |
| <b>Mineralstoffe</b>                        |                                 |        |
| 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    |
| <b>Sonstige Stoffe</b>                      |                                 |        |
| 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, Saccharose, Maltodextrin, **Fischöl**, Säuerungsmittel Citronensäure, Magnesiumsalze der Zitronensäure, Natrium-L-ascorbat, Gelatine (aus Rind), DL-alpha-Tocopherylaceat, Magnesiumcarbonat, Stabilisator Gummi arabicum, L-Ascorbinsäure, Feuchthaltemittel Glycerin, Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Säuerungsmittel Äpfelsäure, Zinkgluconat, Aroma, Eisengluconat, Nicotinamid, Calcium-D-pantothenat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Emulgator Lecithine, Süßungsmittel Acesulfam K, Trennmittel Siliciumdioxid, Pyridoxinhydrochlorid, Bioflavonoid-haltiger Citrusfrucht-Extrakt (aus *Citrus sp.*), gemischte Tocopherole, Mangansulfat, Süßungsmittel Sucralose, Überzugmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte, Beta-Carotin, Farbstoff Eisenoxide, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Kupfersulfat, Cyanocobalamin, Lutein-haltiger *Tagetes erecta*-Extrakt, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Kaliumiodid, Lycopin (aus *Solanum lycopersicum*), D-Biotin, Methylcobalamin, Chrom(III)-chlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat, Phyllochinon, Cholecalciferol

<sup>°</sup> RE = Retinoläquivalente

<sup>°°</sup> I.E. = Internationale Einheiten

<sup>°°°</sup> alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente

\* NE = Niacinäquivalente

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

\*\*\* keine Referenzmenge vorhanden



## orthomed

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Orthomed Vertriebs GmbH & Co. KG für Nahrungsergänzung

Herzogstraße 30, 40764 Langenfeld

Telefon 02173 9064-0, [www.orthomed-online.de](http://www.orthomed-online.de)