

## Pressemitteilung

Bruckmühl, 03.05.2023

### Zu wenig Vitamin D durch Sonnencreme

Der Sommer kommt. Endlich gibt es wieder genügend Vitamin D durch ausreichend Sonnenschein. Doch ist das wirklich so? Eine Studie<sup>1</sup> besagt, dass Sonnenschutzmittel mit einem Lichtschutzfaktor von 15 die Eigensynthese der Haut um 99 % reduziert. Während Vitamin D Mangel im Winter in aller Munde ist, sollten wir auch im Sommer auf unseren Vitaminspiegel achten. Besonders für Risikogruppen kann daher eine Kur, z.B. mit dem Multi-Vitamin Energetikum<sup>3</sup> von Salus, auch in den heißen Monaten sinnvoll sein.

Nach einem langen, dunklen Winter sind die ersten Sonnenstrahlen nicht nur Balsam für unsere Seele, sondern auch wichtig für unsere Vitamin-D-Speicher. Denn die UV-Strahlung der Sonne bringt die Eigensynthese der Haut in Gang und unser Körper füllt die leeren Speicher auf. Denn in Deutschland werden im Mittel nur 80 - 160 Internationale Einheiten (kurz I.E.), also nur 10 - 20 % der empfohlenen Tagesdosis für Vitamin D, über die übliche Nahrung aufgenommen.<sup>2</sup> Vitamin D ist nur in wenigen Lebensmitteln zu finden, wie fettem Seefisch, Leber oder Eigelb.

Eine Studie zeigte allerdings, dass Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 15 die Vitamin D-Produktion der Haut um ganze 99 % reduziert. Auf das Eincremen können wir unserer Hautgesundheit zuliebe nicht verzichten. Wir sollten deshalb aber auch im Sommer auf unseren Vitamin D-Haushalt achten. Für Risikogruppen eines Mangels empfiehlt sich deshalb eine ganzjährige Ergänzung. Dazu zählen z.B. Senior:innen oder Menschen, die sich kaum oder gar nicht im Freien aufhalten. Auch Veganer:innen sind betroffen, da sie auf tierische Produkte verzichten, welche höhere Gehalte an Vitamin D liefern.

### Multi-Vitamin Energetikum<sup>3</sup> - die flüssige Alternative

Mit 8 wichtigen Vitaminen ist das Multi-Vitamin Energetikum<sup>3</sup> ein Vitaminschub für Jung und Alt. Neben Vitamin D<sub>3</sub> stecken Vitamin A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>6</sub> und E drin, sowie natürliches Vitamin C aus der Bio-Acerola-Kirsche. Das fruchtig leckere Tonikum in Bio-Qualität ist - auch im Sommer - eine gute Empfehlung für die ganze Familie. Es liefert wichtige B-Vitamine für Energie und Nerven, Vitamin D für die Knochenstabilität, Vitamin A für die Sehkraft und Hautgesundheit sowie Vitamin E zum Schutz vor oxidativem Stress.<sup>4</sup>

13 Bio-Früchte und Kräuter sorgen für einen natürlichen, fruchtig-leckeren Geschmack. Das Tonikum ist vegan, frei von künstlichen Zusatzstoffen, Süßstoffen, Gluten und Laktose und als wohlschmeckendes Flüssigpräparat, mit nur einer Dosis täglich, auch für Kinder (ab 3 Jahren) und Senior:innen angenehm einzunehmen.

Wer aber lieber auf pures Vitamin D setzt, ist mit den Vitamin D<sub>3</sub> 1000 Vital-Kapseln bestens beraten. Mit 1000 I.E. pro Kapsel sichern sie eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung. Das Vitamin D<sub>3</sub> stammt aus Flechten, einer veganen Quelle.

<sup>1)</sup> Zittermann A, Pilz S. Vitamin D in Klinik und Praxis. Dtsch Med Wochenschr 2017; 142:601-616

<sup>2)</sup> Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Referenzwerte, Vitamin D,  
<https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/vitamin-d/?L=0>

<sup>3)</sup> Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> und B<sub>3</sub> tragen zum normalen Energiestoffwechsel bei.

<sup>4)</sup> Vitamin C trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei und erhöht die Eisenaufnahme. Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> und B<sub>3</sub> tragen zum normalen Energiestoffwechsel und zur einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Vitamin A trägt zur Erhaltung der normalen Sehkraft und der gesunden Haut bei. Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.

## Über Salus

„Unsere Kraft liegt in der Natur“. Dieser Grundsatz bringt zum Ausdruck, wonach Salus seit mehr als 100 Jahren leidenschaftlich handelt: Natürliche Wege finden, gesund zu sein. Nur wenige wissen die heilenden Schätze der Natur so gut für die Menschen zu nutzen wie das Unternehmen aus dem oberbayerischen Bruckmühl.

In der perfekten Symbiose aus wertvoller Erfahrung und modernster Produktionstechnologie entwickelt Salus innovative Rezepturen, deren gesundheitlicher Nutzen wissenschaftlich belegt ist. Aus sorgfältig ausgewählten und schonend verarbeiteten Rohstoffen entstehen wohltuende Produkte in höchster Qualität, die in modernsten Laboren über die gesetzlichen Vorgaben hinaus geprüft werden. Diese Sorgfalt gilt jedem einzelnen der vielen hundert Artikel - vom Tonikum bis zum Tee, von Tropfen bis zu Tabletten. Die Naturarzneimittel erfüllen höchste pharmazeutische Standards und sind in Apotheken, Reformhäusern und Biomärkten erhältlich.

Das in 4. Generation familiengeführte Unternehmen ist seit jeher eng mit der Natur verbunden. Deshalb setzen sich die rund 500 Mitarbeitenden in der gesamten Salus Gruppe leidenschaftlich dafür ein, natürliche Ressourcen zu schonen und sämtliche Bereiche der Firma klimaneutral auszurichten.

## Produktinformationen



### Multi-Vitamin Energetikum<sup>3</sup>

Für Vitalität und Immunsystem\*

- Mit natürlichem Vitamin C aus der Acerola-Kirsche
- Mit Vitamin A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, Niacin (B<sub>3</sub>), B<sub>6</sub>, D<sub>3</sub> und E
- Mit sorgsam ausgewählten Bio-Kräutern und Bio-Früchten

Inhalt: 250 ml | 500 ml

UVP: 15,99 € | 28,49 €

PZN: 18315997 | 09189861

Erhältlich im Reformhaus, in der Apotheke und im Biomarkt.

\*) Vitamin C unterstützt die normale Funktion des Immunsystems und schützt als Antioxidans Zellbestandteile vor oxidativem Stress. Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.