



✓ lactosefrei  
✓ glutenfrei

# Haut + Haare + Nägel

Haut, Haare und Nägel bestimmen unser Aussehen und sind ein Zeichen für Jugend, Vitalität und Attraktivität. Durch Erneuerung bzw. Wachstum erbringen sie täglich Höchstleistungen. Hierfür benötigen sie Vitamine und Mineralstoffe, die wir über die Nahrung regelmäßig und ausreichend zuführen müssen. So können wir durch eine gesunde Ernährung die Schönheit von Innen unterstützen.

Der Granatapfel ist eine der ältesten Kulturpflanzen des Mittleren Ostens. Kieselerde ist ein Naturstoff und enthält als Hauptbestandteil Silicium.

- Vitamin A, Vitamin B<sub>2</sub>, Biotin, Niacin und das Spurenelement Zink tragen zum Erhalt normaler Haut bei.
- Vitamin C leistet einen Beitrag zu einer normalen Kollagenbildung und damit für eine normale Funktion der Haut.
- Vitamin B<sub>6</sub> unterstützt die normale Synthese der Aminosäure Cystein.
- Kupfer trägt zum Erhalt der normalen Haarfarbe bei und erfüllt Aufgaben für den Erhalt des normalen Bindegewebes.
- Biotin und Zink unterstützen den Erhalt normaler Haare. Zink leistet zusätzlich einen Beitrag zum Erhalt normaler Nägel.
- Folsäure hat wie Vitamin B<sub>12</sub> und Magnesium eine Funktion bei der Zellteilung.
- Vitamin C und E tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Zusammensetzung	pro Tagesportion (= 1 Tablette)	% NRV*	Zusammensetzung	pro Tagesportion (= 1 Tablette)	% NRV*
Vitamin A	400 µg RE	50 %	Pantothensäure	9 mg	150 %
Vitamin E	12 mg α-TE	100 %	Magnesium	60 mg	16 %
Vitamin C	60 mg	75 %	Zink	5 mg	50 %
Vitamin B <sub>1</sub>	1,1 mg	100 %	Kupfer	0,3 mg	30 %
Vitamin B <sub>2</sub>	1,4 mg	100 %	Kieselerde	50 mg	**
Niacin	18 mg NE	113 %	davon Silicium	21 mg	
Vitamin B <sub>6</sub>	1,4 mg	100 %	Hyaluronsäure	3 mg	**
Folsäure	400 µg	200 %	Granatapfel-extrakt	100 mg	**
Vitamin B <sub>12</sub>	2,5 µg	100 %			
Biotin	350 µg	700 %			

\* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Tablette mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

### Hinweise:

Biotin kann Auswirkungen auf einige ärztliche Laboruntersuchungen haben, was zu verfälschten Ergebnissen führt. Informieren Sie deshalb bitte Ihren Arzt bei anstehenden Laboruntersuchungen darüber, dass Sie ein biotinhaltiges Präparat einnehmen, damit er dies berücksichtigen kann.

Ab einer Menge von 3,5 mg Zink pro Tag sollte auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel verzichtet werden.



GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg