

NAVODILO ZA UPORABO



Kelp tablete

Kaj so tablete Kelp in za kaj jih uporabljamo

Tablete Kelp so prehransko dopolnilo iz rjavih morskih alg in so bogat vir naravnega joda. Jod je mikroelement, ki je v naši prehrani potreben za tvorbo tiroidnih hormonov (tiroksin in trijodtironin); ti uravnavajo presnovne procese v vseh celicah in telesno temperaturo. Jod je potreben za normalno delovanje žleze ščitnice, pri otrocih pa je pomemben za telesni in duševni razvoj.

Kako jemati tablete Kelp

Odrasli in otroci, starejši od 11 let, zaužijte trikrat dnevno po eno tableto pred jedjo. S tem boste zaužili 150 µg joda dnevno, kar ustreza 100 odstotkom priporočenega dnevnega vnosa. **Priporočene dnevne količine oziroma odmerka ne smete prekoračiti. Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano.**

Običajno potrebo organizma po jodu (150–200 µg na dan) zadostimo že s prehrano (še posebej z ribami) in jodirano kuhinjsko soljo.

Kdaj ne smete jemati tablet Kelp

Tablet Kelp ne smete jemati pri čezmernem delovanju ščitnice in pri znani preobčutljivosti na jod ali katero koli drugo snov, ki jo tablete vsebujejo. Obvestite svojega zdravnika ali farmacevta, če imate alergije (na zdravila, hrano, snovi, ki se uporabljajo v gospodinjstvu, na delovnem mestu), če za iste težave uporabljate tudi druge pripravke ali če imate previsok krvni tlak.

Nosečnost in dojenje

Med nosečnostjo oziroma dojenjem iz previdnosti ne smete jemati zdravil in prehranskih dopolnil, ne da bi se prej posvetovali z zdravnikom ali farmacevtom.

Kaj vsebujejo tablete Kelp

Tablete Kelp vsebujejo naslednje sestavine: celulozo (polnilo), prah iz rjave alge *Macrocystis pyrifera* (15 %), koruzni škrob, modificiran škrob, sojino moko (razmaščeno in očiščeno) ter hidrojenirano olje iz semen bombaževca.

Hranilne vrednosti:

	V 100 g izdelka	V 1 tableti
Energijska vrednost	490 kJ/117 kcal	1,2 kJ/0,3 kcal
Beljakovine	1,5 g	3,8 mg
Ogljikovi hidrati	26 g	65 mg
Maščobe	0,5 g	1,3 mg
Jod (rudnina)	20 mg (13.330 %)*	50 µg (33 %)*

* priporočen dnevni vnos

Na kaj morate biti še pozorni

Tablete Kelp shranjujte pri sobni temperaturi in nedosegljivo otrokom. Uporabljate jih lahko le do datuma, odtisnjenega na dnu škatlice. Če vas zdravnik napoti na preiskavo ščitnice, ga morate obvestiti o jemanju tablet Kelp.

Dodatne informacije o tabletah Kelp

Na naši geografski širini ljudje uživamo premalo joda, ker redkeje jemo morske sadeže in ribe. Umetno jodiranje kuhinjske soli nam pomaga, da redkeje zbolimo za golšavostjo. Predvidevamo, da vrsta zaužitega joda vpliva na to, kako ga telo prenaša. Jod organskega izvora (pridobljen iz rjavih morskih alg, lišajev, vodne kreše, bršljana in morskih rib) naj bi se v primerjavi z anorganskim, kemično čistim kalijevim jodidom v telesu lažje presnavljal.

Kje lahko dobite tablete Kelp

Tablete Kelp so na voljo v lekarnah in specializiranih prodajalnah.

Država, od koder izvirajo rjave morske alge

Čile

Izdelovalec

Bioforce AG, CH-9325 Roggwil, Švica
www.avogel.ch



Uvoznik in zastopnik

Farmedica, d. o. o., Leskoškova cesta 12, 1000 Ljubljana
www.farmedica.si

Vsebina

120 tablet

Za dodatne informacije o tabletah Kelp ter drugih izdelkih A. Vogel nas lahko pokličete na telefon **(01) 524 02 16** ali obiščite našo spletno stran.

Pionir naravnega zdravljenja – od leta 1923