

## VITAMINAS D3 (60 TABL.)



KAINA: **21,10** EUR

PRISTATYMO LAIKAS: 24 GODZINY

Katalogo numeris: PY1155

Kodas EAN: PY1155

### PREKĖS APRAŠYMAS

Gyvenimo vitaminas, kuris turi didžiulę įtaką jūsų organizmo funkcionavimui. Jį galite pasigaminti patys, bet tik dalyvaujant saulės šviesai. Vitaminas D gaminamas odoje esant saulės veikimui. Mūsų geografinėje platumoje daugiausia saulės gauname pavasarį ir vasarą, tuo tarpu rudenį ir žiemą saulės šviesos yra mažiau, be to papildomai uždengiame odą, saugodami ją nuo šalčio. Tinkamas vitamino D lygio palaikymas organizme yra svarbus kaulų ir raumenų sveikatai. Vitaminas D dalyvauja ląstelių dalijimosi procese ir turi gerą įtaką organizmo imunitetui, be to padeda teisingam kalcio ir fosforo prisisavinimui bei sveikų dantų ir kaulų išsaugojimui. Geriausi vitamino D šaltiniai, tai jūros žuvis, žuvų taukai, karvės pienas ir fermentinis sūris.