



## Vitamine D3 + K2 liposomale Eliphe CA3

On a longtemps ignoré les méfaits de la carence en vitamine D car l'exposition au soleil et l'alimentation semblaient des sources suffisantes pour que l'organisme puisse la fabriquer dans les quantités idéales.

Mais aujourd'hui, on a repéré une augmentation très nette des pathologies induites par cette carence qui a engendré une situation sanitaire préoccupante et contraint à recommander à une grande partie de la population une supplémentation régulière en vitamine D3.

80 % des Français seraient concernés, les plus carencés étant les femmes de plus de 50 ans, les personnes obèses, les personnes diabétiques, celles qui souffrent de maladies chroniques ou de maladies évolutives (cancers), ainsi que les femmes enceintes, surtout celles qui vont accoucher en hiver ou au printemps.

Le taux sanguin normal de vitamine D doit être supérieur à 75 nmol/l (soit 30 ng/ml). La vitamine D occupe une fonction essentielle dans le métabolisme osseux. Elle favorise la bonne absorption du calcium et du phosphore au niveau de l'intestin. Elle joue un rôle important dans la consolidation des os, la minéralisation des dents et le renforcement des muscles. Elle pourrait même prévenir le cancer du sein et celui du rectum.

La vitamine K2, quant à elle, est un puissant antioxydant très peu présent dans l'alimentation et pourtant indispensable pour la santé du squelette, surtout chez les personnes dont la fragilité osseuse est augmentée par l'âge, le surpoids, le diabète, une grossesse... Elle participe à fixer le calcium et à le transporter jusque dans les tissus osseux. Une supplémentation en Vitamine D3 et en calcium n'est donc pas efficace si vous n'y ajoutez pas de la vitamine K2.

Elle a l'avantage d'empêcher la concentration du calcium non métabolisé dans les articulations (ostéoporose) mais aussi dans les artères (athérosclérose). Associée à la vitamine D3, elle permet à l'organisme d'utiliser le calcium où il faut et de la bonne façon. Elle permet, par exemple, de lutter contre l'installation des maladies cardiovasculaires.

### Les conséquences d'une carence

Chez l'homme, la vitamine D est synthétisée par les cellules de la peau grâce à l'action des rayons UV-B du soleil. Elle peut aussi être apportée par l'alimentation, en particulier le jaune d'œuf, les poissons gras (hareng, maquereau, sardine) et l'huile de foie de morue. Malheureusement, les sources alimentaires de bonne qualité se sont raréfiées tandis que l'exposition au soleil n'est plus suffisante dans une société qui vit beaucoup moins à l'air libre.

Le manque de vitamine D s'installe petit à petit et provoque des dysfonctionnements qui sont la cause de pathologies diverses :

- un défaut de l'absorption intestinale du calcium et du phosphore entraînant un défaut de la consolidation des os et de la minéralisation des dents,
- un rachitisme chez l'enfant, de l'ostéoporose chez la personne âgée et une ostéomalacie (démérialisation du squelette) chez le vieillard,
- une dépression chez la personne âgée,
- une fatigue chronique,
- des infections à répétition, notamment en hiver,
- le développement de lymphomes non hodgkiniens et de cancers colorectaux, de la prostate, du sein ou de l'ovaire,
- l'apparition d'une athérosclérose ou d'une affection cardiovasculaire.

Une carence en vitamine D3 n'est donc pas sans conséquences et la supplémentation est vivement recommandée dans une population fragilisée, dont l'organisme ne synthétise plus les quantités qui lui sont nécessaires.

Quant à la vitamine K2, elle est produite par l'organisme au niveau du côlon puis absorbée par l'intestin grêle mais en quantités nettement insuffisantes pour être efficaces. De plus, notre alimentation ne compense pas cette carence car la vitamine K2 est produite par les bactéries de la fermentation qui n'est pas un procédé très répandu dans la cuisine occidentale.

Un apport extérieur de vitamine K2 est donc indispensable pour lutter contre :

- l'ostéoporose et les fractures et les chutes qu'elle peut engendrer,
- la baisse de la densité osseuse en général,
- l'accumulation de calcium dans les artères (formation de plaques) qui augmente le risque de crises cardiaques et d'AVC,
- le durcissement de tout le système artériel.

## La vitamine D3-K2

Nous utilisons une vitamine D3 (cholécalférol) qui convient parfaitement bien à l'organisme en tant que la principale forme de vitamine D dont il a besoin et la vitamine K2 Menaquinone MK7.

## Les liposomes, agents de transport

Ce sont de petites vésicules souples qui sont constituées d'une double couche de lipides englobant un compartiment rempli d'eau dans lequel elles peuvent encapsuler et protéger des substances actives, ici la vitamine D3, pour les acheminer en toute sécurité dans les cellules où elles seront libérées, toutes leurs propriétés intactes.

## Posologie

Directement sur la langue, n'importe quand dans la journée.

14 gouttes permettent d'apporter 2000 UI de vitamine D3 et 75µg de vitamine K2 .

## Conditionnement

Flacon en verre teinté avec pipette 100 ml.



Flashez ce code pour  
commander en ligne

## A bientôt sur [apoticaria.com](https://apoticaria.com)

Avez-vous un compte client ?

Téléchargez la dernière version de notre catalogue

N'hésitez pas à laisser un avis sur nos produits, pour toute question nous sommes à votre écoute par téléphone ou par email !