

Ein Knochen-Job

Welche rezeptfreien Heilmittel helfen wirklich? Und wann fragen Sie besser den Arzt? Das verrät diese Serie. Diesmal: Osteoporose

Präparat	 Calcium D ₃ - ratiopharm Brausetabletten	 Osteo Aktiv Brausetabletten	 Biolectra Osteo Direct Micro-Pellets	 aminoplus osteo Granulat	 Doppelherz Calcium 750 + D3 + Biotin + Folsäure
Preis	40 Stück ca. 12 Euro	20 Stück ca. 9,45 Euro	20 Beutel ca. 9,90 Euro	30 Beutel ca. 29,90 Euro	30 Tabletten ca. 4,45 Euro
Wirkstoff(e)	Kalziumcarbonat, Vitamin D ₃	Kalzium, Magnesium, Fluorid, Vitamin D ₃ , Vitamin K	Kalzium, Vitamin D ₃ , Vitamin K	Lysin, Arginin, Vitamin K, Vitamin D ₃ , Vitamin C, Kalzium	Kalzium, Vitamin D ₃ , Folsäure, Biotin
Wird empfohlen bei	Osteoporose oder bei z. B. durch Sonnenmangel im Winter ausgelösten Kalzium- und Vitamin-D-Mangel	Kalziumunterversorgung. Die Vitamine D und K fördern die Einlagerung des Minerals. Fluorid aktiviert knochenaufbauende Zellen	beeinträchtigtem Knochenstoffwechsel. Ein Beutel enthält so viel Kalzium wie 0,5 Liter Milch. Fördert die Knochenstabilität	diätetischer Behandlung von Osteoporose. Die enthaltenen Aminosäuren unterstützen den Knochenstoffwechsel	unausgewogener Ernährung oder erhöhtem Nährstoffbedarf. Präparat für Knochen, Haut, Haare und Zellstoffwechsel
Das sollten Sie beachten	Nicht geeignet bei Nierenschäden. Wer weitere Medikamente braucht, sollte dieses Präparat zwei Stunden früher/später nehmen.	Entwässernde Medikamente erhöhen den Kalziumspiegel im Blut und verfälschen so den tatsächlichen Kalziumbedarf	In Kombination mit bestimmten Herzmedikamenten (Digoxin) kann ein hoher Kalziumspiegel Rhythmusstörungen auslösen	Kalzium kann die Wirkung einiger Antibiotika , von Eisenpräparaten und Schilddrüsenmedikamenten beeinträchtigen	Alkoholische Getränke behindern die Kalziumaufnahme. Oxalsäure (Spinat) und Phytinsäure (Getreide) binden Kalzium