

# C-Vita 500 mg - Vitabalans Oy

[vitabalans.fi/fi/tuote/c-vita-500-mg](https://vitabalans.fi/fi/tuote/c-vita-500-mg)

C-vitamiini on vesiliukoinen vitamiini, joka tuhoutuu helposti ruuanvalmistuksessa kuumennuksen ja hapen vaikutuksesta. Ravinnosta parhaiten C-vitamiinia saa tuoreista hedelmistä, marjoista ja kasviksista. C-vitamiinia on hyvä saada päivittäin, sillä se ei varastoidu elimistöön suurina määrinä.

C-vitamiinilla on elimistössä monta tärkeää tehtävää. Sitä tarvitaan vastustuskyvyn eli immuunijärjestelmän normaaliin toimintaan. C-vitamiini ylläpitää vastuskykyä myös raskaan liikunnan aikana ja sen jälkeen. C-vitamiini suojaa soluja hapetusstressiltä, jota mm. liikunta aiheuttaa. Lisäksi C-vitamiini tukee hermoston normaalia toimintaa ja riittävä C-vitamiininsaanti auttaakin vähentämään väsymystä ja uupumusta ja on tärkeä vitamiini elimistön normaalille energiantuotolle. C-vitamiini tukee myös normaaleja psykologisia toimintoja.

C-vitamiinilla on tärkeä rooli myös elimistön tukikudoksen, kollageenin, muodostumisessa verisuonten, luuston, ruston, ihon, ikenien ja hampaiden normaalia toimintaa varten.

## Käyttö

C-vitamiinitabletti kannattaa ottaa ruokailun yhteydessä, sillä C-vitamiini lisää raudan imeytymistä.

Ravintolisä ei korvaa monipuolista ja tasapainoista ruokavaliota, eikä terveitä elämäntapoja. Ohjeen mukaista annostusta ei saa ylittää. Säilytä huoneenlämmössä, pienten lasten ulottumattomissa.

## Annostus

Aikuisille 1 tabletti vuorokaudessa niellään runsaan nestemäärän kanssa.

## Koostumus

Vuorokausiannos 1 tabletti sisältää:

C-vitamiinia 500 mg (625 %\*)

*\*Vuorokautisen saannin vertailuarvosta*

## Ainesosat

C-vitamiini (L-askorbiinihappo), täyteaineet (selluloosa, silloitettu natriumkarboksimeetyliselluloosa, rasvahappojen magnesiumsuolat), pintakäsittelyaineet (polydekstroosi, hydroksipropyylimetyyliselluloosa, polyetyleeniglykoli), paakkuuntumisenestoaine (piidioksidi), väriaine (kalsiumkarbonaatti).

## Ingredienser

C-vitamin (L-askorbinsyra), fyllnadsmedel (cellulosa, tvärbunden natriumkarboximetylcellulosa, magnesiumsalter av fettsyror), ytbehandlingsmedel (polydextros, hydroxipropylmetylcellulosa, polyetylen glykol), klumpförebyggande medel (kiseldioksid), färgämne (kalciumkarbonat).

## Pakkauskoot

120 tablettia

**Valmistettu Suomessa.**

