

## Vita-Mine 2-Pack (utan kalcium)



Vita-Mines nya optimerade multivitamin. Totalt 180 tabletter.

Betyg: Inte betygsatt ännu

**Pris**

Pris 430,00 kr

[Ställ en fråga om denna produkt](#)

## Beskrivning

Denna produkt är omsorgsfullt framtagen för alla som gjort en överviktsoperation, ni som är vegetarianer, ni med vitaminbrister eller exempelvis lever en aktiv livsstil. Den är anpassad för oss opererade genom sin unika sammansättning, extremt snabba nedbrytningstid och dess rena ingredienser. Den är försedd med en brytskåra för att kunna dela den vid behov och den är täckt med tre lager speciell coating som gör att den inte ska fastna när du ska svälja den. Den går även att krossa och inta med yoghurt eller något liknande.

Det är en certifierad version av D-vitaminet som gör denna produkt vegetarisk (inte vegansk). Den kommer från lanolinet i lammull men från en gård där man tar hand om djuren och klipper dem för hand när de är levande! Inga djur lider eller får sätta livet till här. Källan heter D3 Kolekalciferol (Cholecalciferol på engelska).

En burk innehåller 90 tabletter och räcker i ungefär 3 månader.

Se även våra kompletta rabatterade Vita-Mine Totalpaket där vårt nya mycket speciella kalciumpreparat ingår. Dessa två produkter är allt du som överviktsopererad behöver för att bibehålla en god hälsa. Se mer info på Vita-Mine kalcium produktsidor eller se Totalpaketen.

Ta max en (1) multivitamin-tablett om dagen till minst 1 dl dryck (gärna sval dryck) och komplettera med kalcium som du då gärna tar på kvällen. Kalcium säljs i webbshoppen separat eller i kombination med Vita-Mine multivitamin och heter då Vita-Mine Total. Oavsett bör man alltid undvika kalciumpreparat innehållande kalciumkarbonat då det tas upp väldigt dåligt av kroppen.

Vissa innehåll i preparatet som exempelvis järn är oerhört individuellt och där har vi nu valt en normal nivå om 45mg med en ny källa mot föregående produkt.

Nytt för den här produkten är Bioperin. Ett extrakt av svartpeppar som hjälper upptaget av alla delar i tablettens med mellan 30% upp till lite över 50-60% på C-vitamin och A-vitamin som den hjälper mest av alla. Se gärna [www.bioperine.com](http://www.bioperine.com) för mer info om produkten. Den fungerar även som en antioxidant. Enda nackdelen är att detta kan skapa lite halsbränna men det motverkar man enkelt genom att ta tablettens med ordentligt med vätska. Gärna juice, mjölk eller en dryck med stark egen smak som bryter ner tablettens utan problem.

B12 är i formatet Metylkobalamin vilket är en av de renaste, dyraste och bästa sorterna som finns. Framförallt innehåller den inga gifter som den betydligt vanligare Cyanokobalamin gör (cyanid) och är i en sådan mängd att du överviktsopererad ofta helt kan sluta med dina extra B12-tabletter.

Ett annat tips är att ta en omega3-kapsel i samband med multivitaminen då flera av ingredienserna är fettlösliga, det hjälper upptaget på traven och ger ytterligare några goda hälsoeffekter på köpet och glöm inte att ta ditt kalcium minst 1-2 timmar efter multivitaminen då kalcium kan störa kroppens upptag av järn.

Tänk på att gå på era efterkontroller för att övervaka era blodvärden efter operationen. Oavsett vilka tillskott ni tar är det individuellt hur resultatet blir för just er! Blir ni inte kallade per automatik kontakta då er vårdgivare och begär proverna själv. Hör av er om ni behöver tips och råd om detta!

Kosttillskott bör inte användas som ett alternativ till en varierad kost.