



# Zink+Histidin +Vitamin C

*lactose- &  
glutenfrei*

## Zink für die Haut

## Vitamin C für das Immunsystem

Vor allem in den nassen und kalten Jahreszeiten sowie in Belastungssituationen (wie z. B. Rauchen, körperliche Anstrengung) können unser Immunsystem und unsere Haut gefordert sein. Dadurch kann auch der Bedarf an Nährstoffen, die hierfür eine Rolle spielen, erhöht sein.

Die Tabletten von Doppelherz enthalten 10 mg Zink und 300 mg Vitamin C. Zusätzlich ist die Aminosäure L-Histidin enthalten.

Zink ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, das für viele Funktionen des Körpers benötigt wird.

### Zink

- leistet einen Beitrag für die normale Funktion des Immunsystems
- hat eine Funktion bei der Zellteilung
- leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haut
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

Da der Körper das Spurenelement nicht selbst herstellen kann und über keine großen Speicher verfügt, sollte auf eine regelmäßige Zufuhr mit der Nahrung geachtet werden. Im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung ist die richtige Lebensmittelauswahl entscheidend. So kann z. B. eine betont pflanzliche oder unausgewogene Ernährungsweise zinkarm sein oder Bestandteile enthalten, die die Zinkaufnahme stören.

### Vitamin C

- trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- erhöht die Eisenaufnahme
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei

**Histidin** gehört zu den essentiellen Aminosäuren. Diese müssen über die Nahrung regelmäßig aufgenommen werden. Viele pflanzliche Lebensmittel enthalten im Vergleich zu tierischen Lebensmitteln nur geringe Mengen an Histidin.

### Eine Tablette enthält:

10 mg Zink, 100 mg Histidin, 300 mg Vitamin C

### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Tablette mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.



### Worin liegt der Vorteil der DEPOT-Tabletten

Bestimmte Nährstoffe kann der Körper nicht lange speichern. Werden z. B. große Mengen an Vitamin C mit einem Mal aufgenommen, scheidet der Körper einen Teil ungenutzt wieder aus.

Die DEPOT-Tablette von Doppelherz arbeitet aufgrund eines speziell entwickelten Herstellungsverfahrens wie ein „Nährstoffspeicher“. Aus diesem „Nährstoffspeicher“ werden die wertvollen Nährstoffe über viele Stunden nach und nach freigegeben und stehen dem Körper anhaltend zur Verfügung.



**Queisser**  
PHARMA

GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg