

# Calcium-D Forte EG

## NL

Calcium-D Forte EG draagt bij tot het behoud van sterke botten en tanden dankzij zijn gehalte aan calcium en vitamine D<sub>3</sub>.\*

### Wat is Calcium-D Forte EG en waarvoor wordt het gebruikt?

Calcium-D Forte EG is een kauwtablet die 1000 mg calcium en 20 mcg (800 IE) vitamine D<sub>3</sub> bevat. **Calcium-D Forte EG is beschikbaar onder de vorm van kauwtabletten met citroensmaak of muntsmaak.**

Calcium-D Forte EG combineert twee essentiële elementen voor het bevorderen en behouden van sterke botten en tanden:

- Calcium is een **essentieel element voor de mineralisatie van de botten en voor een normaal gebit**. De inname van calcium is belangrijk op elke leeftijd voor de maximale opbouw van sterke botten (kinderen), voor het behoud van de botmassa (volwassenen) en voor het beperken van het botverlies (ouderen).\*
- Vitamine D **bevordert de opname van calcium** en draagt zo bij tot **het behoud van sterke botten**. Deze vitamine is oplosbaar in vet en wordt door het lichaam aangemaakt bij voldoende blootstelling aan de zon. Voedsel of bepaalde voedingssupplementen kunnen de toevoer aan vitamine D aanvullen.\*

Calcium-D Forte EG kan gebruikt worden bij een **verhoogde behoefte aan calcium en vitamine D<sub>3</sub>**, zoals tijdens perioden van sterke groei van het skelet, bijvoorbeeld in de puberteit; tijdens de zwangerschap; tijdens de menopauze of bij ouderen, mannen of vrouwen, om aan hun behoefte aan calcium te voldoen.

### Kinderen en jongeren

De calcium en vitamine D<sub>3</sub> in Calcium-D Forte EG dragen bij tot gezonde botten en tanden, en tot een normale spierwerking. Bovendien draagt vitamine D bij tot een normale opname en een normaal gebruik van calcium, waardoor dit product een ideale combinatie is voor jonge kinderen en jongeren in volle groei.\*

### Osteoporose en vrouwen boven de 50 jaar

Calcium en vitamine D helpen het verlies van botmineralen bij vrouwen in de menopauze te verminderen. Een lage botmineraaldichtheid is een risicofactor voor botbreuken door osteoporose. Het gunstige effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van minstens 1 200 mg calcium en 20 µg vitamine D, ongeacht de bron.

Osteoporose is een ziekte waarbij de botten zeer broos worden en botmassa en structuur verliezen, wat het risico op botbreuken verhoogt.

Een tekort aan calcium en vitamine D maken deel uit van de risicofactoren voor de ontwikkeling van osteoporose. Hiervoor bestaan meerdere risicofactoren en de verandering van één van die factoren kan al dan niet een heilzaam effect hebben.

### Risico op botbreuken en personen ouder dan 60 jaar

Calcium-D Forte EG kan ook gebruikt worden bij ouderen voor het behoud van sterke botten, dankzij zijn gehalte aan calcium. Bovendien helpt vitamine D de risico's van het vallen in verband met houdingsinstabiliteit en spierzwakte te verminderen. Vallen is een risicofactor voor botbreuken bij mannen en vrouwen vanaf 60 jaar. Het gunstige effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van minstens 20 µg vitamine D, ongeacht de bron.

Calcium-D Forte EG is een voedingssupplement dat voldoet aan de hoogste farmaceutische eisen verplicht voor een productie conform de GMP (Good Manufacturing Practices) en de Belgische en Europese normen met betrekking tot voedingssupplementen.

### Hoe gebruikt u Calcium-D Forte EG?

#### Aan welke dosis?

De aanbevolen dosis bedraagt 1 kauwtablet per dag. Deze dosis kan worden aangepast naargelang het advies van uw arts of apotheker in functie van de hoeveelheid calcium die u opneemt uit voedsel (melkproducten). U mag op de tabletten kauwen of zuigen.

### Op welk moment van de dag?

Calcium-D Forte EG mag op eender welk moment van de dag worden ingenomen, met of zonder voedsel.

### Duur van de behandeling

De inname van Calcium-D Forte EG dient gewoonlijk langdurig te worden voortgezet bij vrouwen in de menopauze en ouderen.

### Volledige ingrediëntenlijst

Kauwtabletten met citroensmaak: Calciumcarbonaat, Zoetstoffen (Xylitol (E967), Sorbitol (E420), Sucralose (E955)), Vulstof (Mannitol (E421)), Antiklontermiddel (Glyceryldibehenaat (E471)), Citroenaroma, Cholecalciferol (Vit. D<sub>3</sub>).

Kauwtabletten met muntsmaak: Calciumcarbonaat, Zoetstoffen (Xylitol (E967), Sorbitol (E420), Sucralose (E955)), Vulstof (Mannitol (E421)), Antiklontermiddel (Glyceryldibehenaat (E471)), natuurlijk muntaroma, Cholecalciferol (Vit. D<sub>3</sub>).

Overmatig gebruik kan een laxerend effect hebben.

### Samenstelling per kauwtablet:

Calcium: 1000 mg (125% RI\*\*)  
Vitamine D<sub>3</sub>: 800 I.E. (20 microgram) vitamine D<sub>3</sub> (cholecalciferol) (400% RI\*\*)

\*\* RI: referentie-inname

### GOED OM TE WETEN

Calcium-D Forte EG bevat **geen suiker, lactose en gluten**.

Suikervrij      Lactosevrij      Glutenvrij



Bevat zoetstoffen.

### Verpakking

Verpakking van 90 witte ronde kauwtabletten. Uitsluitend verkrijgbaar bij uw apotheker.

### Algemene informatie

Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden.

Buiten het bereik van kinderen houden.

Bewaren bij kamertemperatuur in de oorspronkelijke verpakking.

### Geproduceerd in België voor:

EG nv/sa  
Heizel Esplanade b22  
1020 Brussel

### Notificatienummers:

Calcium-D Forte EG citroen: NUT 972/19  
Calcium-D Forte EG munt: NUT 972/20

\* Calcium en vitamine D<sub>3</sub> dragen bij tot het behoud van gezonde botten en tanden, en tot een normale spierfunctie. Vitamine D draagt bij tot een normale opname en een normaal gebruik van calcium en fosfor.

# Calcium-D Forte EG

# F

Calcium-D Forte EG favorise et préserve la solidité des os et des dents, grâce à sa teneur en calcium et en vitamine D<sub>3</sub>\*.

## Qu'est-ce que Calcium-D Forte EG et dans quels cas l'utiliser?

Calcium-D Forte EG est un comprimé à croquer qui contient 1000 mg de calcium et 20 mcg (800 UI) de vitamine D<sub>3</sub>.  
**Calcium-D Forte EG est disponible en comprimés à croquer au goût citron ou au goût menthe.**

Calcium-D Forte EG combine deux éléments essentiels pour favoriser et préserver la solidité des os et des dents:

- Le calcium est un **élément essentiel pour la minéralisation des os et pour une dentition normale**. La prise de calcium est importante à tout âge pour la construction maximale d'os solides (enfants), pour le maintien de la masse osseuse (adultes) et pour la restriction de la perte osseuse (personnes âgées).\*
- La vitamine D **favorise l'absorption de calcium** et contribue de cette manière à **préserver la solidité des os**. Il s'agit d'une vitamine liposoluble produite par le corps lorsqu'il est suffisamment exposé au soleil. La nourriture ou certains compléments alimentaires peuvent compléter l'apport de vitamine D.\*

Calcium-D<sub>3</sub> Forte EG peut être utilisé lors d'un **besoin accru en calcium et en vitamine D<sub>3</sub>**, comme par exemple lors des périodes de forte croissance du squelette à l'adolescence; lors de la grossesse; lors de la ménopause ou chez les personnes âgées, hommes ou femmes, pour compenser leur besoin en calcium.

## Enfants et adolescents

Le calcium et la vitamine D<sub>3</sub> dans Calcium-D Forte EG contribuent à une ossature et une dentition saine, et au bon fonctionnement des muscles. De plus, la vitamine D contribue à l'absorption et à l'utilisation normales du calcium, ce qui fait de ce produit une combinaison idéale pour les jeunes enfants et les adolescents en pleine croissance.\*

## Ostéoporose et femmes de plus de 50 ans

Le calcium et la vitamine D aident à réduire la perte de minéraux osseux chez les femmes ménopausées. La faible densité minérale osseuse est un facteur de risque de fractures ostéoporotiques. L'effet bénéfique est obtenu avec un apport quotidien d'au moins 1 200 mg de calcium et 20 µg de vitamine D toutes sources confondues. L'ostéoporose est une maladie dans laquelle les os deviennent très fragiles et perdent de la masse osseuse et de la structure, ce qui augmente le risque de fractures.

Une carence en calcium et vitamine D fait partie des facteurs de risque dans le développement de l'ostéoporose. Ce développement tient à de multiples facteurs de risques et la modification de l'un de ces facteurs peut ou non avoir un effet bénéfique.

## Risque de fractures et personnes âgées de plus de 60 ans

Calcium-D Forte EG peut également être utilisé chez les personnes âgées pour maintenir une ossature solide, grâce à sa teneur en calcium. De plus, la vitamine D aide à réduire le risque de chutes associé à l'instabilité posturale et à la faiblesse musculaire. Les chutes sont un facteur de risque de fracture osseuse chez les hommes et les femmes de 60 ans et plus. L'effet bénéfique est obtenu avec un apport quotidien d'au moins 20 µg de vitamine D toutes sources confondues.

Calcium-D Forte EG est un complément alimentaire et répond aux plus hautes exigences pharmaceutiques requises pour une production conforme aux BPF (Bonnes Pratiques de Fabrication) et aux normes belges et européennes relatives aux compléments alimentaires.

## Comment utiliser Calcium-D Forte EG?

### A quelle dose?

La dose recommandée est de 1 comprimé à croquer par jour. Cette dose peut être adaptée selon l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien en fonction de votre apport alimentaire de calcium (produits laitiers). Le comprimé peut être croqué ou sucé.

## A quel moment de la journée?

Calcium-D Forte EG peut être pris à n'importe quel moment de la journée, avec ou sans alimentation.

## Pendant combien de temps?

La prise de Calcium-D Forte EG doit généralement être poursuivie à long terme chez la femme ménopausée et les personnes âgées.

## Liste complète des ingrédients

Comprimés à croquer goût citron: Carbonate de calcium, Edulcorants (Xylitol (E967), Sorbitol (E420), Sucralose (E955)), Agent de charge (Mannitol (E421)), Agent antiagglomérant (Dibéhénate de glycéryle (E471)), Arôme citron, Cholécalciférol (Vit. D<sub>3</sub>).

Comprimés à croquer goût menthe: Carbonate de calcium, Edulcorants (Xylitol (E967), Sorbitol (E420), Sucralose (E955)), Agent de charge (Mannitol (E421)), Agent antiagglomérant (Dibéhénate de glycéryle (E471)), Arôme naturel de menthe, Cholécalciférol (Vit. D<sub>3</sub>).  
Une consommation excessive peut avoir un effet laxatif.

## Composition par comprimé à croquer:

Calcium: 1000 mg (125% AR\*\*)  
Vitamine D<sub>3</sub>: 800 U.I. (20 microgrammes) de vitamine D<sub>3</sub> (cholécalférol) (400% AR\*\*)  
\*\* AR: Apport de référence

## BON A SAVOIR

Calcium-D Forte EG ne contient ni sucre, ni lactose, ni gluten.

sans sucre    sans lactose    sans gluten



Contient des édulcorants.

## Présentation

Emballage de 90 comprimés à croquer ronds blancs.  
Disponible exclusivement chez votre pharmacien.

## Informations générales

Un complément alimentaire ne remplace ni une alimentation variée et équilibrée, ni un mode de vie sain.

Ne pas dépasser l'apport journalier recommandé.

Tenir hors de la portée des enfants.

A conserver à une température ambiante dans l'emballage d'origine.

## Fabriqué en Belgique pour:

EG nv/sa  
Esplanade Heysel b22  
1020 Bruxelles

## Numéros de notification:

Calcium-D Forte EG citron: NUT 972/19  
Calcium-D Forte menthe: NUT 972/20

\* Le calcium et la vitamine D<sub>3</sub> contribuent au maintien d'une ossature et d'une dentition saine, et une fonction musculaire normale. La vitamine D contribue à l'absorption et à l'utilisation normales du calcium et du phosphore

