

NOTICE QUATRAL

QUATRAL contient 1 comprimé contenant les vitamines C et E, du sélénium, du zinc et des bio-flavonoïdes. Chaque cellule de notre corps a besoin de ces vitamines et minéraux pour fonctionner de manière optimale, et améliorer ainsi considérablement la qualité de vie.



Les bio-flavonoïdes sont des antioxydants extraits naturels d'agrumes.

Beaucoup de vitamines, de minéraux et d'oligo-éléments sont impliqués dans les mécanismes de défense de l'organisme, certains sont plus précieux que d'autres. C'est le cas notamment de la vitamine C, du sélénium ainsi que du zinc qui contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire alors que la vitamine C en plus de la contribution au fonctionnement normal du système immunitaire réduit la fatigue et assure un métabolisme énergétique normal. Il faut également citer la vitamine E qui contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif. La vitamine E, la vitamine C, le sélénium et le zinc sont des nutriments qui permettent à l'organisme de se défendre.

Les cellules du corps humain forment chaque jour une certaine quantité de radicaux libres. En outre, la production de radicaux libres est augmentée et/ou accélérée par le tabac, l'alcool, une alimentation déséquilibrée ou riche en graisses, le stress temporaire, la pratique intensive d'un sport, la pollution atmosphérique, les rayons UV et le vieillissement. Les radicaux libres ont une fonction physiologique mais ils endommagent les cellules s'ils sont présents en trop grande quantité. Ils sont responsables des phénomènes de vieillissement ainsi que de l'oxydation accélérée du cholestérol LDL. Une alimentation riche en sélénium, en vitamine C, en vitamine E et en zinc, permet au corps de mieux résister à ces facteurs externes très fatigants pour l'organisme, car ces vitamines et minéraux contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

Comment connaître les bons dosages ?

Notre alimentation pourrait s'avérer pauvre en certains éléments essentiels (par exemple en sélénium et en zinc). Certaines situations exigent également un apport supplémentaire de vitamines et/ou de minéraux (le fumeur a besoin de plus de vitamine C que le non-fumeur), de sélénium, de zinc. Dans tous les cas, il est très difficile de calculer les quantités recommandées d'oligo-éléments ou de vitamines. Surtout lorsqu'il s'agit de petits dosages: par exemple 8 mg de zinc ou plus faible encore: 0,050 mg de sélénium (1/50.000^{ème} de gramme).

BIJSLUITER QUATRAL

QUATRAL bevat 1 tablet met vitamines C, E, seleen, zink en bioflavonoïden. Elke cel in ons lichaam heeft, om optimaal te functioneren, immers nood aan deze stoffen en bevordert op die manier in hoge mate de levenskwaliteit.

Bio-flavonoïden zijn antioxidanten die worden gewonnen uit natuurlijke citrusvruchten.

Veel vitamines, mineralen en oligo-elementen zijn betrokken bij de afweermechanismen van het lichaam, sommige zijn meer waard dan anderen. Dit is met name het geval voor vitamine C, seleen en zink die bijdragen tot de normale werking van het immuunsysteem terwijl vitamine C ook bijdraagt tot een normaal energiek metabolisme en tot een vermindering van vermoeidheid. Het moet ook vermeld worden dat vitamine E bijdraagt tot de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress. Vitamine E, vitamine C, seleen en zink zijn voedingsstoffen die het lichaam helpen zichzelf te verdedigen.

De cellen van het menselijk lichaam vormen dagelijks een hoeveelheid vrije radicalen. Bovendien wordt de productie van vrije radicalen verhoogd en/of versneld door o.a. tabak, alcohol, onevenwichtige of vetrijke voeding, tijdelijke stress, intensieve sportbeoefening, luchtverontreiniging, UV-stralen en veroudering. Vrije radicalen hebben enerzijds een fysiologische functie, anderzijds beschadigen zij de cellen in het lichaam indien ze in overmaat aanwezig zijn. Zo staan zij in voor het ontstaan van verouderingsverschijnselen alsook een versnelling van de oxidatie van het LDL-cholesterol. Een voeding die voldoende seleen, vitamine C, vitamine E en zink bevat, laat het lichaam toe beter weerstand te bieden tegen deze externe factoren, welke zeer vermoeiend zijn voor het organisme, omdat deze vitamines en mineralen bijdragen tot de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress.

Hoe kunt u de juiste dosering achterhalen?

Het kan onze voeding soms aan bepaalde levensbelangrijke stoffen (zoals seleen en zink) ontbreken. Onder bepaalde omstandigheden heeft het organisme ook nood aan extra antioxidantende vitamines (rokers hebben meer behoefte aan vitamine C dan niet-rokers), seleen, zink.

Het is onder alle omstandigheden bijzonder moeilijk om de aanbevolen hoeveelheden sporelementen of vitamines te berekenen, vooral wanneer het om heel kleine doseringen gaat: bijvoorbeeld 8 mg zink of nog minder: 0,050 mg seleen (1/50.000^{ste} van een gram).

QUATRAL le calcule pour vous

Le sélénite de sodium est une des meilleures sources de sélénium. Il permet un dosage précis du sélénium et une absorption élevée par l'organisme. Les doses de vitamine E, de vitamine C et de zinc contenues dans le QUATRAL sont conformes aux nouvelles recommandations nutritionnelles établies pour la Belgique.

La dose journalière:

La dose journalière recommandée est de 1 comprimé Quatral par jour à prendre avec de l'eau, de préférence après le repas. Chaque comprimé contient 50 µg de sélénium, 240 mg de vitamine C, 12 mg de vitamine E, 8 mg de zinc et 50 mg de bio-flavonoïdes.

Quatral est proposé en emballages de 30 et de 60 comprimés.

Quatral est vendu en pharmacie.

Administration par voie orale. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Un complément alimentaire ne peut pas être utilisé en remplacement d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Tenir hors de portée des enfants.

Composition d'un comprimé :

Vitamine C (L-ascorbate de calcium); Agent de charge: cellulose microcristalline (E460(i)); Bioflavonoïdes citriques; zinc (Citrate de zinc); Antiagglomérants: sels de magnésium d'acides gras (E470b); Vitamine E (succinate acide de D-alpha-tocophérol); Agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose (E464); Sélénium (sélénite de sodium); Stabilisateur: Carboxyméthylcellulose de sodium réticulée (E468); Humectant: Polyéthylène glycol (E1521).

ORIFARM HEALTHCARE BV

L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

QUATRAL maakt de berekening voor u

Natriumseleniet is één van de voornaamste bronnen van seleen. Natriumseleniet maakt het mogelijk seleen precies te doseren en staat tevens garant voor een hoge opname door het organisme. De doses vitamine E, vitamine C, en zink in QUATRAL beantwoorden aan de recentste voedingsaanbevelingen voor België.

Dagelijkse dosis:

De aanbevolen dagelijkse dosis is 1 tablet Quatral per dag, in te nemen met water, bij voorkeur na de maaltijd. In elke tablet zit 50 µg seleen, 240 mg vitamine C, 12 mg vitamine E, 8 mg zink en 50 mg bio-flavonoïden.

Quatral wordt aangeboden in verpakkingen van 30 of 60 tabletten.

Quatral wordt verdeeld via de apotheek.

Orale inname. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt. Buiten bereik van kinderen houden.

Samenstelling van 1 tablet:

Vitamine C (Calcium L-ascorbaat); Vulstof: microkristallijne cellulose (E460(i)); Citrusbioflavonoïden; zink (Zinkcitraat); Antiklontermiddelen: magnesiumzouten van vetzuren (E470b); Vitamine E (D-Alfa-tocoferylwaterstofsuccinate); Glansmiddel:hydroxypropylmethylcellulose (E464); Seleen (natriumseleniet); Stabilisator: Vernet natriumcarboxymethylcellulose (E468); Bevochtiger: Polyethyleenglycol (E1521).

ORIFARM HEALTHCARE BV

L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

BEIPACKZETTEL QUATRAL

QUATRAL enthält 1 Tablette mit den Vitaminen C, E, Selen und Zink. Jede Zelle unseres Körpers braucht diese Stoffe, damit sie optimal funktionieren und auf diese Weise erheblich die Lebensqualität verbessern kann.

Bioflavonoide sind Antioxidantien, die aus natürlichen Zitrusfrüchten gewonnen werden.

Zahlreiche Vitamine, Mineralien und Spurenelement sind wichtig für die Funktion der Abwehrkräfte des Körpers; nicht alle sind in gleicher Weise wertvoll. Das gilt vor allem für Vitamin C, Selen und Zink, die die normale Funktion des Immunsystems sichern; Vitamin C bewirkt neben der normalen Funktion des Immunsystems außerdem noch eine Verminderung der Müdigkeit und gewährleistet einen normalen Energiestoffwechsel. Hinzuweisen ist außerdem auf Vitamin E, das zum Schutz der Zellen vor Oxidativ-Stress beiträgt. Vitamin E, Vitamin C, Selen und Zink sind Nährstoffe, die es dem Organismus ermöglichen, sich zu verteidigen.

Die Zellen des menschlichen Körpers bilden täglich eine gewisse Menge an freien Radikalen. Außerdem wird die Produktion von freien Radikalen durch u.a. Tabak, Alkohol, unausgewogene oder fettreiche Ernährung, vorübergehenden Stress, intensiven Sport, Luftverunreinigung, UV-Strahlen und Altern erhöht und/oder beschleunigt.

Freie Radikale haben einerseits eine physiologische Funktion, andererseits beschädigen sie die Zellen im Körper, wenn sie in Übermaß vorhanden sind. So sind sie für das Entstehen von Alterungssymptomen sowie für die Beschleunigung der Oxidation des LDL-Cholesterins verantwortlich.

Eine Ernährung reich an Selen, Vitamin C, Vitamin E und Zink ermöglicht es dem Körper, diesen für den Organismus sehr anstrengenden äußeren Faktoren stärkeren Widerstand zu bieten. Denn diese Vitamine und Mineralien tragen zum Schutz der Zellen vor Oxidativ-Stress bei.

Welches ist nun die richtige Dosis?

Unsere Ernährung kann manchmal arm an bestimmten lebenswichtigen Stoffen, zum Beispiel Selen und Zink sein.

Bestimmte Situationen erfordern einen zusätzlichen Schub antioxidierender Vitamine (Raucher brauchen mehr Vitamin C als Nichtraucher), von Selen und Zink. Es ist auf jeden Fall äußerst schwierig, genau die empfohlenen Mengen an Spurenelementen oder Vitaminen zu errechnen, insbesondere im Falle geringer Dosen, zum Beispiel 8 mg Zink oder sogar noch weniger: 0,050 mg Selen (ein Fünfzigtausendste Gramm).

QUATRAL berechnet die Dosis

Natriumselenit zählt zu den hervorragenden Selenlieferanten. Es erlaubt eine präzise Dosierung des Selen und dessen erhöhte Aufnahme durch den Körper. Die Dosen Vitamin E und C und Zink – entsprechen den jüngsten Ernährungsempfehlungen, die für Belgien herausgegeben wurden.

Die empfohlene Tagesdosis

Die empfohlene tägliche Dosis ist eine Tablette Quatral pro Tag. Die Kapseln sind mit etwas Wasser vorzugsweise nach den Mahlzeiten einzunehmen. Jede Tablette enthält, 50 µg Selen, 240 mg Vitamin C, 12 mg Vitamin E, 8 mg Zink und 50 mg Bioflavonoide.

Beginnen Sie die Kur an dem Tag, der auf der Blisterpackung vermerkt ist.

Wenn Sie mit der Einnahme von **QUATRAL** z.B. an einem Mittwoch beginnen, nehmen Sie eine Tablette aus dem Blisterfach „Mi“ (= Mittwoch). Gehen Sie so für jeden Wochentag und bei allen Blisterpackungen in der Verpackung vor.

Quatral ist in Verpackungen von 30 oder 60 Tabletten.

Quatral wird über Apotheken vertrieben.

Orale Anwendung. Die Empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. Eine Nahrungsmittelergänzung darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Zusammensetzung von 1 Tablette:

Vitamin C (Calcium-L-Ascorbat); Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose (E460(i)); Zitrus-Bioflavonoide; Zink (Zinkcitrat); Trennmittel: Magnesiumsalze von Speisefettsäuren (E470b); Vitamin E (D-Alpha-Tocopherylhydrogensuccinat); Poliermittel: Hydroxypropylmethylcellulose (E464); Selen (Natriumselenit); Stabilisator: Vernetzte Natriumcarboxymethylcellulose (E468); Feuchthaltemittel: Polyethylenglykol (E1521).

ORIFARM HEALTHCARE BV

L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

chc_artwork@orifarm.com

Colours:

Non Printed Colours:



Material number: 1000157192-001-01

Product name: Quatral Leaflet BE

Format: 148 x 420 mm - Folded 148 x 33 mm

Proof no: 4

Date: 2023-05-10

Name / Initials: CABAH

☒ Black

☐☐☐☐☐☐☐

☐ Guidelines

☐☐☐☐☐☐☐