

Treffpunkt Osteoporose - Vortrag

Vitamin K

**Knochenproteine &
Gefäßverkalkung**

Wie hängt das zusammen?



Mi. 25.11.26

16.00 Uhr

in der saniPEP Akademie (ehemals Gesundheitszentrum)
Charles-de-Gaulle-Straße 6 - gleich hinter dem PEP Einkaufszentrum

Referentin: Barbara Haidenberger M.Sc., Diätassistentin

Vitamin K erfüllt wichtige Aufgaben bei der Blutgerinnung und im Knochenstoffwechsel. Darüber hinaus kann Vitamin K spezielle Proteine aktivieren, die einerseits den Calciumeinbau in die Knochen unterstützen und andererseits die Ablagerung von Calcium in den Blutgefäßen verhindern können.

Muss ich also Vitamin K als Präparat einnehmen? Oder kann ich genug über die Nahrung bekommen? Und in welchen Lebensmitteln ist Vitamin K enthalten? Erfahren Sie in diesem Vortrag spannende Zusammenhänge und erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen.

Anmeldung online unter sanipep-akademie.de