

## Selen-Tabs

Nahrungsergänzungsmittel mit hochdosiertem Selen

für Immunsystem, Schilddrüsenfunktion,  
Zellschutz, Haare, Nägel und Spermabildung

### Selen – warum es so wichtig ist

Der körpereigene Stoffwechsel kann Selen nicht bilden, es muss deshalb täglich in ausreichender Menge mit der Nahrung zugeführt werden. Selen kommt in allen Zellen vor und ist ein unverzichtbarer Baustein vieler Enzyme. Die Selenenzyme erfüllen wichtige Funktionen im Körper und sind aktiv, wenn der Zellschutz angesprochen ist, um freie Radikale abzufangen. In diesem Zusammenhang trägt Selen dazu bei, wichtige Bestandteile der Zelle, wie die Erbinformation, vor oxidativem Stress zu schützen. Eine ausreichende Versorgung mit Selen ist zudem wichtig für eine normale Funktion des Immunsystems und der Schilddrüse. Auch trägt Selen zur normalen Spermienentwicklung bei, ebenso zur Erhaltung normaler Haare und Nägel.

### Selen – eine sinnvolle Ergänzung

An erster Stelle sollte die Ernährung stehen. In Bezug auf Selen bedeutet das: In der Nahrung sollten Selen und andere Vitalstoffe in ausreichender Menge vorhanden sein. Um mit der Selenversorgung auf der sicheren Seite zu sein, empfiehlt es sich, die tägliche Ernährung mit Selen zu ergänzen. Dies ist insbesondere immer dann sinnvoll, wenn die Nahrung zur Deckung des Selenbedarfs – auf Grund unausgewogener Ernährung – nicht ausreicht oder der Selenbedarf erhöht ist. Besonders in Zeiten hoher körperlicher Belastung, bei Stress, im Alter, während Schwangerschaft und Stillzeit benötigt unser Körper Selen und kann oftmals nicht ausreichend mit dem Mikronährstoff versorgt sein. Zudem nehmen auch bestimmte Bevölkerungsgruppen (z.B. Personen mit chronischen Verwertungs- und Verdauungsstörungen, Vegetarier, Veganer) nicht selten zu wenig Selen auf.

### Cefasel 50 nutri® Selen-Tabs –

### Selen in einer für den menschlichen Organismus gut verwertbaren Form

Mit Cefasel 50 nutri® Selen-Tabs steht Ihnen ein hochwertiges Produkt für Ihre tägliche Selenversorgung zur Verfügung. Cefasel 50 nutri® Selen-Tabs enthalten optimal verwertbares Selen in Form von Natriumselenit, welches sich durch einen zielgerichteten Einbau in die Schutzsysteme auszeichnet.

# Cefasel 50 nutri®

vegan

## Selen-Tabs

Nahrungsergänzungsmittel mit 50 µg Selen.

**Verzehrempfehlung:** 1 Tablette täglich unzerkaut mit etwas Flüssigkeit (z. B. Wasser) einnehmen.

Der gleichzeitige Verzehr von Natriumselenit und Vitamin C sollte vermieden werden, da hierdurch die optimale Verfügbarkeit von Natriumselenit beeinträchtigt werden kann. Ein zeitlich versetzter Verzehr (mindestens eine Stunde) hat dagegen keinen Einfluss mehr.

Zusammensetzung (durchschn. Gehalt)	Tagesdosis 1 Tablette	% der empfohlenen Tagesdosis (NRV)
<b>Selen</b>	<b>50 µg</b>	<b>91 %</b>

NRV: nutrient reference value = Nährstoffbezugswert nach LMIV

**Selen** unterstützt die normale Funktion des **Immunsystems** und der **Schilddrüse** und trägt bei zum **Schutz der Zellen** vor oxidativem Stress, zur Erhaltung normaler **Haare** und **Nägel** sowie zur normalen **Spermabildung**.

**Zutaten:** Zucker, Füllstoff Mannit, Festigungsmittel Polyvinylpyrrolidon, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Natriumselenit.

100 % vegan. Glutenfrei. **Ohne Zusatz von:** Lactose, Gelatine, Farbstoffen, Allergenen, Aroma, Hefe.

**Hinweise:** Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

**Packungsgrößen:** Inhalt: 60/100 Tabletten = 17,1g/28,5g.

**Erhältlich in Apotheken.**



Hergestellt in Deutschland (Kempten/Allgäu).

Was Sie noch aus dem hochwertigen **Cefa...** Sortiment interessieren könnte:

Selen	<b>Cefasel 100/200 nutri®</b>
Curcuma + D3 + C	<b>Cefacur®</b>
Safran + B5 + B12	<b>Cefasafra®</b>
Melatonin	<b>Cefanight®</b>
Vitamin D3	<b>Cefavit® D3 1.000/2.000/7.000 I.E./Liquid</b>
Vitamin K2	<b>Cefavit® K2</b>
Vitamin D3 + K2	<b>Cefavit® D3 K2 Liquid</b>
Vitamin D3 + K2 + Magnesium	<b>Cefavit® D3 K2 Mg 2.000/4.000/7.000</b>
Vitamin B-Komplex	<b>Cefavit® B-complete</b>
Vitamin B12	<b>Cefavit® B12</b>
Eisen plus	<b>Cefavit® ferrit</b>
Babyplanung/Schwangerschaft/Stillzeit	<b>Cefavit® natal</b>
Magnesium	<b>Cefamag® 300/400</b>
Omega-3	<b>Cefaomega®</b>
Ginkgo/Mistel/Weißdorn	<b>Cefavora®</b>
Rhodiola plus	<b>Cefavora® memo</b>
Mahlzeiterersatz	<b>Cefamagar® Vitaldiät</b>



Sie haben noch Fragen oder möchten Informationsmaterial – wir informieren Sie gerne!

Cefak KG · Verbraucherservice · Postfach 1360 · D-87403 Kempten · Tel.: 0831/57401-0  
Fax: 0831/57401-50 · E-Mail: [cefak@cefak.com](mailto:cefak@cefak.com) · Internet: [www.cefak.com](http://www.cefak.com)