

# Calcium-Sandoz® Sun



## Nahrungsergänzungsmittel mit Calcium, Beta-Carotin\*, Vitamin C und E

Für eine schöne und gesunde Haut, zum oxidativen Schutz der Haut im Sommer.

Unsere Haut schützt uns vor allen Einflüssen der Umwelt. Durch die ideale Versorgung der Haut mit Mineralien (Calcium) und Vitaminen können wir zur Erhaltung einer gesunden Haut beitragen.

Die ersten Sonnenstrahlen sind in Sicht. Nichts wie raus! Doch Vorsicht, wer unbedacht ins Freie stürzt mutet seiner Haut einiges zu: Unter Sonneneinwirkung, zum Beispiel beim Sonnenbaden, bei sportlichen oder beruflichen Betätigungen im Freien, etc. entstehen in der Haut sogenannte Radikale, die den Hautzellen schaden können, denn sie führen zu oxidativem Stress.

Hier können Vitamin C und E einen Beitrag zum Zellschutz leisten. Vitamin A\* trägt zur Erhaltung normaler Haut bei. Calcium hat eine Funktion bei der Zellteilung und-spezialisierung und trägt dadurch zu einem gesunden Hautbild bei.

\*In Calcium-Sandoz® Sun wird Beta-Carotin als Quelle für Vitamin A verwendet. Dieses sogenannte Provitamin wird erst im Körper in die aktive Form Vitamin A umgewandelt.

Calcium Sandoz® Sun leistet so einen wesentlichen Beitrag zum oxidativen Schutz der Haut, der insbesondere im Sommer bei starker Sonnenstrahlung empfehlenswert ist.

## Verzehrempfehlung

Täglich 1-mal eine Brausetablette in einem Glas Wasser (ca. 200 ml) aufgelöst trinken.

Eine Brauseablette enthält 500 mg Calcium, 4,8 mg Beta-Carotin, 60 mg Vitamin C und 10 mg Vitamin E. Calcium-Sandoz® Sun ist frei von künstlichen Farbstoffen; die Farbe der Lösung ergibt sich durch den Inhaltsstoff Beta-Carotin.

### Hinweis:

Da Beta-Carotin und Vitamin E fettlösliche Vitamine sind, kann es zu Ablagerungen am Glasrand kommen. Um eine dauerhafte Verfärbung zu vermeiden, empfiehlt es sich, das Glas sofort nach dem Genuss von Calcium-Sandoz® Sun zu reinigen.

Calcium-Sandoz® Sun erhalten Sie in Ihrer Apotheke.

**Fortsetzung auf der Rückseite >>**

## Der Tipp vom Sandoz-Mineralexperten: Bewusst und geschützt genießen!

In Maßen genossen kurbelt Sonnenschein Kreislauf, Stoffwechsel und die körpereigene Produktion von Vitamin D an, das unter anderem für stabile Knochen sorgt. Wer bewusst mit der Sonne umgeht, vorbeugt und sich richtig schützt, kann sie unbeschwert genießen. Eine schrittweise Gewöhnung der Haut an die Sonne, die Abstimmung von Lichtschutzfaktor und Länge des Sonnenbades auf den Hauttyp, sowie geeignete Sonnenlotionen mit UVA- und UVB-Filter schützen effektiv.

## Wie lange darf ich in der Sonne bleiben?

Jeder Mensch verträgt unterschiedlich viel Sonne, abhängig von verschiedenen Faktoren wie z. B. geographische Lage, Meereshöhe, Hauttyp, Temperatur und Umgebung (Wasser, Schnee usw.).

Mit Hilfe der Tabelle unten können Sie erkennen, wie lange Sie mit dem Lichtschutzfaktor 20 Ihr Sonnenbad genießen können. Bitte vergessen Sie nicht, dass ein Sonnenschutzmittel erst nach 20 bis 30 Minuten seine volle Wirkung entfaltet.

Hexal AG  
Industriestraße 25  
83607 Holzkirchen

| Geographische Zone     | Phototyp | max. Zeit pro Tag mit Lichtschutzfaktor 20 |                     |
|------------------------|----------|--|---------------------|
|                        |          | an Sonne gewöhnte Haut                     | sonnengewöhnte Haut |
| Mittel- und Nordeuropa | I        | 2 h 30                                     | 1 h 30              |
|                        | II       | 5 h 00                                     | 3 h 00              |
|                        | III      | 7 h 30                                     | 4 h 30              |
|                        | IV       | 9 h 00                                     | 5 h 20              |
| Südeuropa              | I        | 2 h 00                                     | 1 h 10              |
|                        | II       | 4 h 00                                     | 2 h 20              |
|                        | III      | 6 h 00                                     | 3 h 20              |
|                        | IV       | 7 h 00                                     | 4 h 20              |
| Tropen                 | I        | 1 h 15                                     | 0 h 45              |
|                        | II       | 2 h 30                                     | 1 h 30              |
|                        | III      | 3 h 45                                     | 2 h 20              |
|                        | IV       | 5 h 00                                     | 3 h 00              |

### Phototyp I:

Rotblondes Haar, helle Augen, sehr heller Teint, Sommersprossen, extern empfindlich, sofort Sonnenbrand, selten braun.

Eigenschutzzeit: 3-10 min./Tag

### Phototyp II:

Blondes Haar, helle Augen, heller Teint, oft Sommersprossen, fast immer Sonnenbrand, leichte Bräunung.

Eigenschutzzeit: 10-20 min./Tag

### Phototyp III:

Braunes Haar, mittlerer Teint, helle oder dunkle Augen, manchmal Sonnenbrand, bei Gewöhnung gute Bräunung.

Eigenschutzzeit: 20-30 min./Tag

### Phototyp IV:

Dunkelbraunes oder schwarzes Haar, dunkler Teint, dunkle Augen, gute Bräunung, selten empfindlich.

Eigenschutzzeit: 45 min./Tag