

# Glucadol® twin

GEZOND KRAAKBEEN / CARTILAGE SAIN\*



## NL Glucadol twin

### Waarom Glucadol Twin innemen?

Het menselijke skelet bestaat uit vele gewrichten. Onze gewrichten kunnen vergeleken worden met scharnieren tussen twee losstaande en aangrenzende beenderen. Zonder gewrichten kunnen we niet bewegen, ze zijn samengesteld uit vele fragiele en minder fragiele elementen:

- **De uiteindes van de beenderen**
- **Het kraakbeen:** een witte en harde materie op basis van collageen dat het uiteinde van elk bot omhult en voor de soepelheid van onze bewegingen zorgt; het is een soort schokdemper.
- **De ligamenten:** deze zijn noodzakelijk om het gebeente samen te houden, zoals riemen.

Kraakbeen is onderworpen aan een mechanische wet: hoe meer het gebruikt wordt, hoe meer het kan verslijten. Leeftijd speelt hierbij waarschijnlijk een belangrijke rol. De gewrichten die het meest getroffen worden zijn die van de heupen, de knie, de wervelkolom en de vingers.

De evolutie gaat in het algemeen **traag**, maar kan, afhankelijk van de plaats evolueren, eventueel met opstoten, of opnieuw stabiliseren. Wat de evolutie ook is, het eindresultaat is, vanaf het moment waarop de eerste tekenen zich voordoen, een stijfheid van de gewrichten en moeilijker en ongemakkelijk bewegen. Het is daarom zeer belangrijk om de veroudering van de gewrichten te controleren.

Kraakbeen is grotendeels samengesteld uit watermoleculen, die gevangen zitten in een netwerk, waarvan eveneens glucosaminesulfaat, chondroïtinesulfaat, kraakbeencellen en collageen deel uitmaken.

### Wat is de samenstelling van Glucadol Twin?

- **Glucosamine** is een volledig natuurlijke, lichaamseigen stof, die ons organisme zelf kan aanmaken. Glucosamine is de basisgrondstof van het kraakbeen.
- **Vitamine C** draagt bij tot de vorming van collageen, voor het behoud van de goede werking van gewrichtskraakbeen.
- **Zink, Mangaan en Seleen** dragen bij tot de bescherming van de cellen van ons lichaam tegen oxidatieve stress. Oxidatieve stress is een teveel aan vrije radicalen die bijdragen tot een versneld verouderingsproces.

- **Chondroïtine** is een volledig natuurlijke, lichaamseigen stof, die ons organisme zelf kan aanmaken. Chondroïtine is een grondstof van het kraakbeen.

### 1 witte tablet bevat:

1500 mg kristallijn glucosaminesulfaat  
12 mg vitamine C (15% RI<sup>\*\*</sup>): onder de vorm van ascorbinezuur  
1,5 mg zink (15% RI<sup>\*\*</sup>): onder de vorm van zinkcitraat  
0,3 mg mangaan (15% RI<sup>\*\*</sup>): onder de vorm van mangaanguconaat  
8,25 mcg seleen (15% RI<sup>\*\*</sup>): onder de vorm van natriumseleniet  
(<sup>\*\*</sup>) RI: Referentie-inname

Het Glucadol-gamma bevat glucosamine-sulfaat van marine oorsprong (op basis van schaaldieren). Aangezien glucosamine een natuurlijke substantie is, is het veilig, wordt het goed verdragen en is het niet maagbelastend.

**Volledige ingrediëntenlijst:** Glucosaminesulfaat 2NaCl (uit schaaldieren); Vulstof: microkristallijne cellulose; Glansmiddelen: polyvinylalcohol, bijenwas en carnaubawas; Kleurstof: calciumcarbonaat (E170); Antiklontermiddelen: magnesiumstearaat, talk; Bevochtigingsmiddel: polyethyleenglycol; Ascorbinezuur; Zinkcitraat; Mangaanguconaat; Vanille aroma; Natriumseleniet.

### 1 roze tablet bevat:

1200 mg chondroïtinesulfaat

**Volledige ingrediëntenlijst:** Chondroïtinesulfaat; Vulstoffen: dicalciumfosfaat en microkristallijne cellulose; Natriumcarboxymethylcellulose; Glansmiddelen: polyvinylalcohol, bijenwas en carnaubawas; Kleurstoffen: calciumcarbonaat (E170), ijzeroxide (E172) en indigokarmijn (E132); Antiklontermiddelen: magnesiumstearaat en talk; Bevochtigingsmiddel: polyethyleenglycol.

### Hoe Glucadol Twin gebruiken?

Neem 1 witte en 1 roze tablet Glucadol Twin in per dag, 's morgens of 's avonds. De tabletten kunnen met of zonder voedsel ingenomen worden. De tabletten kunnen echter makkelijker samen met het voedsel ingeslikt worden.

Het is steeds aan te raden de kuur gedurende minimum 3 maanden voort te zetten. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden. Dit product mag in geen geval een evenwichtige en gevarieerde voeding en een gezonde levensstijl vervangen.

Buiten bereik van kinderen houden.

Raadpleeg uw arts of apotheker wanneer u Glucadol Twin combineert met vitamine K-antagonisten (bepaalde groep middelen die het stollen van het bloed tegengaat). Het effect van het antistollingsmiddel kan worden versterkt indien u ook glucosamine inneemt.

### Welke andere producten zijn er in het Glucadol-gamma?

Glucadol: Glucosaminesulfaat 1500 mg  
Glucadol Krill: Glucosaminesulfaat 1500 mg + 300 mg Krill olie

Voor meer informatie over het Glucadol-gamma en andere tips ga naar de website [www.bewegenisleven.be](http://www.bewegenisleven.be)

### Presentatie:

Verpakking met 7, 84 of 112 witte tabletten en 7, 84 of 112 roze tabletten in blisterkalenderverpakking.

**Verdeler: Orifarm Healthcare BV**  
L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

## FR Glucadol twin

### Pourquoi prendre Glucadol Twin?

Le squelette humain est composé de beaucoup d'articulations. Nos articulations peuvent être comparées à des charnières reliant deux os distincts et séparés. Sans articulations nous ne pouvons pas bouger, elles sont composées de différents éléments plus ou moins fragiles:

- **Les extrémités des os**
- **Le cartilage:** cette substance blanche et dure, à base de collagène, enveloppe l'extrémité de chaque os et assure la souplesse de nos mouvements; elle agit comme un amortisseur.
- **Les ligaments:** ce sont les attaches qui lient entre eux les différents éléments du squelette.

Le cartilage est soumis à une loi mécanique: **plus il est sollicité, plus il peut s'user**. L'âge joue vraisemblablement un rôle important dans ce cas-ci. Les articulations les plus touchées sont celles des hanches, des genoux, de la colonne vertébrale et des doigts.

L'évolution est habituellement **lente**, mais selon l'endroit, elle peut éventuellement évoluer par à-coups ou se stabiliser. Quelle que soit l'évolution, le résultat final, une fois que les premiers symptômes sont apparus, est la raideur des articulations, la difficulté et l'entrave des mouvements. Il est par conséquent très important de maîtriser les effets de l'âge sur les articulations.

Le cartilage est composé en grande partie de molécules d'eau emprisonnées dans un

réseau dont font partie également la glucosamine sulfate, la chondroïtine sulfate, les cellules de cartilage et le collagène.

#### Quelle est la composition de Glucadol Twin?

- **La glucosamine** est une substance entièrement naturelle, que notre organisme fabrique lui-même. La glucosamine est le composant de base du cartilage.
- **La vitamine C** contribue à la formation normale de collagène pour assurer la fonction normale des cartilages.
- **Le zinc, le manganèse et le sélénium** contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif. Le stress oxydatif est un excès de radicaux libres dont la présence accélère le vieillissement.
- **La chondroïtine** est une substance entièrement naturelle, que notre organisme fabrique lui-même. La chondroïtine est un composant de base du cartilage.

#### 1 comprimé blanc contient:

1500 mg de glucosamine sulfate cristallisée  
12 mg de vitamine C (15% AR<sup>\*\*</sup>): sous forme d'acide ascorbique  
1,5 mg de zinc (15% AR<sup>\*\*</sup>): sous forme de citrate de zinc  
0,3 mg de manganèse (15% AR<sup>\*\*</sup>): sous forme de gluconate de manganèse  
8,25 mcg de sélénium (15% AR<sup>\*\*</sup>): sous forme de sélénite de sodium  
(\*\*) AR: Apport de référence

La gamme Glucadol contient du glucosamine sulfate d'origine marine (à base de crustacés). Comme la glucosamine est une substance naturelle, elle est sans danger, bien supportée et non agressive pour l'estomac.

**Liste complète des ingrédients:** Sulfate de glucosamine 2NaCl (des crustacés); Agent de charge: cellulose microcristalline; Agents d'enrobage: alcool polyvinylique, cire d'abeille et cire de carnauba; Colorant: carbonate de calcium (E170); Antiagglomérants: stéarate de magnésium, talc; Humidifiant: polyéthylène glycol; Acide ascorbique; Citrate de zinc; Gluconate de manganèse; Arôme de vanille; Sélénite de sodium.

#### 1 comprimé rose contient:

1200 mg de sulfate de chondroïtine

**Liste complète des ingrédients:** Sulfate de chondroïtine; Agents de charge: phosphate dicalcique et cellulose microcristalline; Carboxyméthylcellulose de sodium; Agents d'enrobage: alcool polyvinylique, cire d'abeille et cire de carnauba; Colorants: carbonate de calcium (E170), oxyde de fer (E172) et carmin d'indigo (E132); Antiagglomérants: stéarate de magnésium et

talc; Humidifiant: polyéthylène glycol.

#### Comment utiliser Glucadol Twin?

Prenez 1 comprimé blanc et 1 rose de Glucadol Twin par jour, soit le matin, soit le soir. Les comprimés peuvent être pris avec ou sans nourriture. Les comprimés peuvent être avalés plus facilement avec de la nourriture.

Il est fortement conseillé de suivre le traitement pendant au moins 3 mois.

Ne pas dépasser la dose quotidienne 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.

Consultez votre médecin ou pharmacien en cas d'association de Glucadol Twin avec des antagonistes de la vitamine K (produits utilisés pour prévenir la coagulation du sang). L'association avec la glucosamine est susceptible d'intensifier l'effet de l'anticoagulant.

#### Quels sont les autres produits disponibles dans la gamme Glucadol?

Glucadol: sulfate de glucosamine 1500 mg  
Glucadol Krill: sulfate de glucosamine 1500 mg + 300 mg huile de krill

Pour plus d'informations concernant la gamme Glucadol et d'autres astuces visitez notre site web: [www.bougerpourlavie.be](http://www.bougerpourlavie.be)

#### Présentation:

Emballage de 7, 84 ou 112 comprimés blancs et 7, 84 ou 112 comprimés roses sous blister calendrier.

#### Distributeur: Orifarm Healthcare BV

L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

## DE Glucadol twin

#### Wozu dient Glucadol Twin?

Das menschliche Skelett besteht aus vielen Gelenken. Unsere Gelenke können mit Schamieren verglichen werden, die sich zwischen zwei separaten und aneinander angrenzenden Knochen befinden. Ohne Gelenke können wir uns nicht bewegen. Sie bestehen aus vielen zerbrechlichen und weniger zerbrechlichen Elementen:

- **Die Knochenenden**
- **Der Knorpel:** Eine weiße und harte Materie auf der Grundlage von Kollagen, die das Ende eines jeden Knochens umgibt und für Flexibilität unserer Bewegungen sorgt. Es handelt sich um eine Art Stoßdämpfer.
- **Die Bänder:** Diese sind notwendig, um das Knochengestütz zusammenzuhalten, ähnlich wie Riemen.

Der Knorpel unterliegt einem mechanischen

Gesetz: **je mehr er genutzt wird, desto mehr kann er verschleifen.** Das Alter spielt hierbei wahrscheinlich eine wichtige Rolle. Die davon am meisten betroffenen Gelenke sind die der Hüften, Knie, Wirbelsäule und Finger.

Der Verlauf ist in der Regel **langsam**. Es kann jedoch, in Abhängigkeit des Ortes, möglicherweise zu einer Verbesserung oder neuen Stabilisierung kommen. Wie die Entwicklung auch verläuft, das Endergebnis ist, ab dem Zeitpunkt, an dem die ersten Symptome auftreten, eine Steifigkeit der Gelenke und schwierigeres und lästiges Bewegen. Es ist deshalb sehr wichtig, die Alterung der Gelenke zu kontrollieren.

Knorpel besteht größtenteils aus Wassermolekülen, die in ein Netz eingeschlossen sind, zu dem ebenfalls Glucosaminsulfat, Chondroitinsulfat, Knorpelzellen und Kollagen gehören.

#### Welche Zusammensetzung hat Glucadol Twin?

- **Glucosamin** ist eine ganz natürliche körpereigene Substanz, die unser Organismus selbst bilden kann. Glucosamin ist die wichtigste Grundsubstanz des Knorpels.
- **Vitamin C** trägt zur Bildung von Kollagen zur Aufrechterhaltung der Funktionsfähigkeit des Gelenkknorpels bei.
- **Zink, Mangan und Selen** tragen zum Schutz der Zellen unseres Körpers vor oxidativem Stress bei. Oxidativer Stress ist ein Überschuss an freien Radikalen, die zu einem beschleunigten Alterungsprozess beitragen.
- **Chondroitin** ist eine ganz natürliche körpereigene Substanz, die unserer Organismus selbst bilden kann. Chondroitin ist eine Grundsubstanz des Knorpels.

#### 1 weiße Tablette enthält:

1500 mg kristallines Glucosaminsulfat  
12 mg Vitamin C (15% RM<sup>\*\*</sup>): in Form von Ascorbinsäure  
1,5 mg Zink (15% RM<sup>\*\*</sup>): in Form von Zinkcitrat  
0,3 mg Mangan (15% RM<sup>\*\*</sup>): in Form von Mangangluconat  
8,25 mcg Selen (15% RM<sup>\*\*</sup>): in Form von Natriumselenit  
(\*\*) RM: Referenzmenge

Das Glucadol-Sortiment enthält Glucosaminsulfat marinen Ursprungs (auf der Grundlage von Schalentieren. Da Glucosamin eine natürliche Substanz ist, ist es sicher, wird gut vertragen und ist nicht belastend für den Magen.

**Vollständige Liste der Inhaltsstoffe:** Glucosaminsulfat 2NaCl (aus Schalthiere); Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Überzugsmitteln: Polyvinylalkohol, Bienenwachs und Carnaubawachs; Farbstoffe: Kalziumcarbonat (E170); Trennmitteln: Magnesiumstearat,

Talkum; Befeuchtungsmittel: Polyethylenglycol; Ascorbinsäure; Zinkcitrat, Mangangluconat; Aroma Vanille; Natriumselenit.

#### 1 rosige Tablette enthält:

1200 mg Chondroitinsulfat

**Vollständige Liste der Inhaltsstoffe:** Chondroitinsulfat; Füllstoffe: Dikalziumphosphat und mikrokristalline Cellulose; Natriumcarboxymethylcellulose; Überzugsmitteln: Polyvinylalkohol, Bienenwachs und Carnaubawachs; Farbstoffe: Kalziumcarbonat (E170), Eisenoxid (E172) und Indigokarmin (E132); Trennmitteln: Magnesiumstearat, Talkum; Befeuchtungsmittel: Polyethylenglycol.

#### Wie wird Glucadol Twin angewendet?

Nehmen Sie eine weiße und eine rosige Tablette Glucadol Twin pro Tag morgens oder abends ein. Die Tabletten können mit oder ohne Nahrung eingenommen werden. Die Tabletten können jedoch leichter zusammen mit der Nahrung aufgenommen werden.

Es ist immer empfehlenswert, die Anwendung für mindestens 3 Monate fortzusetzen.

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.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker wenn Sie Glucadol Twin mit Vitamine-K-Antagonisten kombinieren (Blutverdünnungsmittel zur Vermeidung von Blutgerinnseln). Die Wirkung des Blutverdünnungsmittels kann in Verbindung mit Glucosamin verstärkt werden.

#### Welche anderen Produkte gibt es im Glucadol-Sortiment?

Glucadol: Glucosaminsulfat 1500 mg

Glucadol Krill: Glucosaminesulfat 1500 mg + 300 mg Krillöl

Für weitere Informationen über das Glucadol-Sortiment sowie weitere Tipps finden Sie auf der Webseite [www.bewegenisleven.be](http://www.bewegenisleven.be)

#### Darreichungsform:

Packungen mit 7, 84 oder 112 weiße Tablette und 7, 84 oder 112 rosige Tablette in Blister-Kalenderpackung.

#### Vertrieb: Orifarm Healthcare BV

L. Da Vincilaan 7 - 1930 Zaventem

