

# Biotin Dragees

für Nägel, Haare und Haut

- Eine ausreichende Biotin-Zufuhr ist für den Aufbau gesunder Nägel, Haare und Haut unerlässlich.
- Vorbeugen ist besser als heilen, deshalb bei Neigung zu brüchigen Nägeln oder glanzlosen Haaren regelmäßige Biotin-Kuren durchführen.
- Nägel und Haare wachsen langsam, daher müssen SOLAGUTTAE® Biotin Dragees zumindest über mehrere Wochen eingenommen werden, damit sich ein Erfolg einstellen kann.
- SOLAGUTTAE® Biotin Dragees enthalten das Hautvitamin Biotin, hoch dosiert mit 2,5 mg pro Dragee für feste Nägel, kräftiges Haar und makellose Haut.



# Biotin Dragees

für Nägel, Haare und Haut

## Biotin, das Hautvitamin

**SOLAGUTTAE® Biotin Dragees** enthalten 2,5 mg Biotin pro Dragee. Biotin wurde früher auch als Vitamin H bezeichnet, weil es so wichtig für die Haut und die von der Haut gebildeten Nägel und Haare ist.

## Vorbeugung von Symptomen

Die Einnahme von 1 bis 2 Dragees täglich reicht bereits zur Vorbeugung eines Biotinmangels aus. Ein ungesundes Aussehen von Nägeln, Haaren und Haut sind die klassischen Symptome eines Biotinmangels.

**SOLAGUTTAE® Biotin Dragees** sind auch für Schulkinder und Jugendliche geeignet.

## Anwendung kurmäßig

Haut, Haare und Nägel brauchen Wachstum und Erneuerung, um das Erscheinungsbild nachhaltig verbessern zu können. Haben Sie deshalb bitte Geduld und wenden Sie **SOLAGUTTAE® Biotin Dragees** kurmäßig über einen längeren Zeitraum an.

## SOLAGUTTAE® Biotin Dragees

Zur Vorbeugung eines Biotin-Mangels.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Dr. Poehlmann & Co. GmbH, 58313 Herdecke**



# Biotin Dragees

*mit der Schönheitsformel  
für feste Nägel, kräftiges  
Haar und makellose Haut*

## **Biotin – was ist das?**

Biotin ist ein Vitamin, dessen Bedeutung sich im Gegensatz zu den allgemein bekannten Vitaminen (C, E u.a.) erst in jüngster Zeit richtig durchsetzen konnte. Wegen seiner Bedeutung für Haut und Haare hat Biotin auch den Namen Vitamin H bekommen.

## **Zusätzlicher Vitaminbedarf trotz gesunder Ernährung?**

Biotin ist, wie die übrigen Vitamine, ein Bestandteil der Nahrung. Dennoch ist es nicht immer möglich, ausschließlich durch die Ernährung den Vitaminbedarf zu decken. Einseitige Ernährung, wie z.B. häufiges Kantinenessen, oder auch Verdauungsstörungen können dazu führen, dass der Körper nicht genügend Biotin aufnehmen kann. Bei erhöhtem Vitamin-Bedarf, wie z.B. bei starker körperlicher Aktivität, Stress oder in der Schwangerschaft, kann sich ebenfalls ein Biotin-Mangel einstellen.

Die regelmäßige Zufuhr von Biotin in höherer Dosierung (2,5 mg pro Tag) kann sich positiv auf brüchige Nägel und eine verminderte Haarqualität auswirken.

In der Tiermedizin macht man sich die positiven Biotin-Effekte schon lange zunutze, beispielsweise bei der Behandlung von splitternden Hufen. Hufe sind jedoch auch nichts anderes als aus Horn bestehende Bildungen

der Haut, genau wie menschliche Nägel oder Haare. Daher ist es nicht verwunderlich, dass sich Biotin auch beim Menschen förderlich auf das Aussehen von Nägeln, Haaren und Haut auswirkt.

## **Brüchige Nägel, dünnes, kraftloses Haar – typische Frauenkrankheiten?**

Tatsächlich treten diese beiden Probleme viel häufiger bei Frauen auf als bei Männern, so dass man meinen könnte, diese Krankheitsbilder seien geschlechtsabhängig.

Jedoch ist es vielmehr so, dass Nägel, Haare und Haut von Frauen erheblich stärkeren Belastungen ausgesetzt sind. Nägel und Haare sind zumeist länger und werden verschiedensten chemischen Torturen unterzogen (Nagellack, Färben etc.). Darüber hinaus führt der häufige Kontakt mit Putzmitteln zur Austrocknung von Haut und Nägeln und bewirkt so langfristig eine Schädigung.

## **Wie kann Biotin helfen?**

Biotin spielt eine wichtige Rolle für das Zellwachstum und die Zellentwicklung. Daher sind gerade schnell wachsende Gewebe wie die Haut mit ihren „Anhangsgebilden“ (Haare und Nägel) auf eine ausreichend hohe Biotin-Zufuhr angewiesen. Biotin ist ein wichtiges Glied im Stoffwechselgeschehen der Wachs-

tumszonen von Nägeln, Haaren und Haut. Durch eine regelmäßige Zufuhr von 2,5 mg Biotin pro Tag wird verhindert, dass diese empfindlichen Stoffwechselfvorgänge aus dem Gleichgewicht geraten.

## **Wie lange muss man SOLAGUTTAE® Biotin Dragees einnehmen?**

Haare und Nägel wachsen langsam und so dauert es mehrere Monate, bis sich ein Nagel vollständig erneuert hat oder der nachgewachsene Haarschopf eine gewisse Länge erreicht hat.

Die Biotin-Einnahme sollte daher kurmäßig, über mehrere Wochen bis Monate erfolgen, bevor sich ein sichtbarer Erfolg einstellen kann.

## **Was ist zu beachten?**

Auf die richtige Dosierung kommt es an. Bei vermeintlich preisgünstigen Präparaten kann es vorkommen, dass man letztendlich zu wenig Biotin für sein Geld erhält (nämlich z.B. nur 0,1 mg pro Kapsel gegenüber 2,5 mg bei SOLAGUTTAE® Biotin Dragees).

SOLAGUTTAE® Biotin Dragees sind ein Arzneimittel und erfüllen daher die hohen Qualitätsanforderungen, die an ein Arzneimittel gestellt werden. Für viele andere „biotinhaltige“ Produkte gilt dies nicht.