

## Vitamin B Komplex

### Via Vitamin B Komplex

PZN: 8880360

Nahrungsergänzungsmittel. Wichtig für Nervenfunktionen und Immunsystem. Notwendig für alle Stoffwechselfunktionen (Zucker-, Eiweiß und Fettstoffwechsel)

- B-Vitamine können im Körper nur schlecht gespeichert werden
- unterstützen Nerven und Immunsystem

### Reine Nervensache: Vitamin-B-Komplex

Unter Vitamin B versteht man eine Gruppe von Substanzen, in der acht Vitamine zusammengefasst sind, die alle als Vorstufen für Koenzyme dienen. B-Vitamine sind wichtig für die Nervenfunktionen und das Immunsystem.

B-Vitamine kommen in tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln vor, z. B. in Fisch, Leber- und Milchprodukten, Broccoli, Spinat oder Grünkohl (mit Ausnahme von Vitamin B12, das nicht in Pflanzen vorkommt - strikte Vegetarier müssen das Vitamin deshalb künstlich zuführen und sollten den Wert regelmäßig überprüfen). B-Vitamine sind außerdem erforderlich für alle Stoffwechselfunktionen (Zucker-, Eiweiß- und Fettstoffwechsel).

Alle B-Vitamine sind wasserlöslich und werden in jeder Körperzelle benötigt. Sie können fast alle in nur geringem Umfang im Organismus gespeichert werden und müssen daher regelmäßig mit der Nahrung oder über eine gezielte Nahrungsergänzung zugeführt werden.

### Inhaltsmenge:

60 pflanzliche Kapseln = 35,8 g

### Verzehrempfehlung:

Täglich 2 x 1 Kapsel mit einem Glas Wasser zu einer Mahlzeit.

### Zutaten:

Reisstärke (Füllstoff), Nicotinamid, Calciumpantothenat, Pyridoxin HCL, Thiamin HCL, Riboflavin, Folsäure, Biotin, Cyanocobalamin, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle)

### Hinweise:

Das Produkt ist frei von Gluten und enthält keinen Milchzucker.  
Für Vegetarier geeignet.

### Inhaltsstoffe:

Inhaltsstoff	pro Kapsel	pro Tagesverzehr
Vitamin B3	54 mg	108 mg = 675 %*
Vitamin B5	18 mg	36 mg = 600 %*
Vitamin B6	6 mg	12 mg = 857 %*
Vitamin B1	4,2 mg	8,4 mg = 763 %*
Vitamin B2	4,8 mg	9,6 mg = 685 %*
Folsäure	600 µg	1200 µg = 600 %*
Biotin	450 µg	900 µg = 1800 %*
Vitamin B12	3 µg	6 µg = 240 %*

\* % = RDA (EU-RL) Prozentanteil an der empfohlenen Tagesdosis

**Wichtige Hinweise:** s. Seite Produkthinweise, Hinweis 2.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

