

# Vitamin B Komplex

Mini-Kapseln mit allen 8 B-Vitaminen



## **\*Unterstützt das Nervensystem und einen gesunden Energiestoffwechsel**

60 Veggie-Kapseln - PZN 16144445

Nahrungsergänzungsmittel mit allen acht B-Vitaminen

Der Vitamin-B-Komplex umfasst acht eigenständige, wasserlösliche Vitamine. Sie haben zentrale Funktionen bei vielen Stoffwechselfvorgängen und müssen regelmäßig ausreichend durch die Nahrung aufgenommen werden.

Bis auf Vitamin B12 und Vitamin B3 kann der menschliche Körper die Vitamine nicht speichern, sondern ist auf eine regelmäßige Zufuhr durch die Nahrung angewiesen. B-Vitamine sind in Lebensmitteln wie Fleisch (besonders Rinder-, Schweine- und Geflügelleber), Getreide, Milchprodukten, Gemüse und Kartoffeln enthalten.

Durch eine einseitige Ernährung mit Fastfood und Fertigprodukten, bei unausgewogenen Mono-Diäten, bei älteren Menschen, Vegetariern und Veganern ist eine zusätzliche Versorgung zur Nahrung mit B-Vitaminen sinnvoll. Ebenso bei erhöhtem Bedarf, wie Stress, körperlicher Belastung oder bei sportlichen Aktivitäten sowie in Schwangerschaft und Stillzeit.

### **\*Energiestoffwechsel**

Die Vitamine B2, B3, B6 und B12 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei und leisten einen Beitrag zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

### **\*Nerven • Psyche**

Vitamin B5 unterstützt die normale geistige Leistung. Die Vitamine B1, B6 und B12 sind hilfreich zum Erhalt normaler psychischer Funktionen und der normalen Funktion des Nervensystems.

### **Herz • Blutbildung**

Vitamin B1 leistet einen Beitrag zur gesunden Herzfunktion. Die Vitamine B6 und B12 tragen zum Erhalt eines normalen Homocystein-Stoffwechsels bei und fördern die normale Bildung roter Blutkörperchen. Folsäure trägt zur gesunden Blutbildung bei.

### **Immunsystem**

Vitamin B2 unterstützt die Zellen gegen oxidativen Stress und die Vitamine B6, B12 sowie Folsäure fördern die normale Funktion des Immunsystems.

Avitale Vitamin B-Komplex Kapseln sind glutenfrei, lactosefrei, sojafrei sowie ohne Farbstoffe

Auch erhältlich als Packung mit 120 Veggie-Kapseln – PZN 16144451

Zutaten: Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose; Kapselhülle: Hypromellose (pflanzlich); Calcium-D-pantothenat (Pantothensäure/Vitamin B5), Riboflavin-5'-phosphat (Vitamin B2), Thiaminhydrochlorid (Vitamin B1), Methylcobalamin (Vitamin B12), Nicotinamid (Niacin/Vitamin B3), Trennmittel: Tricalciumphosphat; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (pflanzlich); Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure/Vitamin B9), Biotin (D-Biotin/Vitamin B7)

Inhalt pro Tagesdosis (1 Mini-Kapsel):

22mg Vitamin B1 (Thiamin) - 2000% NRV\*  
21mg Vitamin B2 (Riboflavin) - 1500% NRV\*  
24mg Vitamin B3 (Niacin) - 150% NRV\*  
30mg Vitamin B5 (Pantothensäure) - 500% NRV\*  
14mg Vitamin B6 (Pyridoxin) - 1000% NRV\*  
200mcg Vitamin B7 (D-Biotin) - 400% NRV\*  
450mcg Vitamin B9 (Folsäure) - 225% NRV\*  
25mcg Vitamin B12 (Cobalamin) - 1000% NRV\*

NRV\* = % des Nährstoffbezugswerts (NRV=nutrient reference value)  
gemäß EU-Lebensmittelinformationsverordnung

Inhalt pro Verkaufseinheit: 60 Mini-Kapseln à 355mg / 21,3g

Bitte trocken lagern und vor Wärme schützen

Verzehrempfehlung:

1 Kapsel täglich nach der ersten Mahlzeit mit einem Glas Wasser einnehmen.

TIPP: Bitte nicht am Nachmittag bzw. abends oder vor einer längeren Ruhepause einnehmen.

**Wichtiger Hinweis:** Kann eine harmlose, intensive Gelbfärbung des Urins verursachen. Schwangere, Stillende, Kinder und Jugendliche sollten das Produkt erst nach Absprache mit einem Arzt einnehmen.

Die tägliche Verzehrempfehlung darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise. Bitte außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Mit Sicherheit mehr Qualität

Produktsicherheit und Rohstoffqualität haben bei uns höchste Priorität. Regelmäßig stellen Experten durch aufwändige Untersuchungen sicher, dass das hervorragende Niveau unseres Sortiments konstant bleibt. Um diesen hohen, gleichbleibenden Standard zu erhalten, arbeiten wir nur mit einem in Deutschland zertifizierten Arzneimittelhersteller zusammen.

Avitale Produkte – mehr Freude am Leben

Avitale GmbH  
Butenring 7  
25479 Ellerau  
Telefon: 04106-64134-0  
Telefax: 04106-64134-21  
E-Mail: [info@avitale.de](mailto:info@avitale.de)  
[www.avitale.de](http://www.avitale.de)