

B-Plex kombiniert die wichtigsten B-Vitamine in einer optimalen Verabreichungsmenge, zusammen mit Vitamin C und MSM. Die verschiedenen Inhaltsstoffe von B-Plex sind für viele wesentliche biologische Funktionen von entscheidender Bedeutung. Die Inhaltsstoffe liefern Energie für Körper und Geist und tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel, zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung sowie zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

Grundlagen:

Vitamine sind für den richtigen Zellstoffwechsel notwendig und erfüllen katalytische Funktionen, ohne selbst als Baustoffe zu dienen. Es sind dreizehn Vitamine bekannt, von denen jedes einzelne bestimmte Aufgaben erfüllt. Hinsichtlich ihrer Löslichkeit werden Vitamine in zwei verschiedene Gruppen eingeteilt: Fettlösliche Vitamine (A, D, E und K) und wasserlösliche Vitamine, zu denen die B-Vitamine und das Vitamin C gehören. Vitamine sind für eine gute Gesundheit unerlässlich, denn ohne sie würde der menschliche Körper einfach aufhören zu funktionieren.

Vitamine sind, zusammen mit Enzymen, an vielen chemischen Reaktionen im Körper beteiligt. So spielen beispielsweise die B-Vitamine und das Vitamin C eine wichtige Rolle bei zahlreichen Stoffwechselforgängen und der Ausscheidung verschiedener Umweltschadstoffe.

Schlechte Ernährung, Umwelteinflüsse und viele andere Faktoren können zu einer Unterversorgung mit ausreichenden Mengen an Vitaminen aus der täglichen Nahrung führen.

Die B-Vitamine finden sich in vielen tierischen und pflanzlichen Nahrungsmitteln wie Fisch, Fleisch, Eiern, Nüssen und Hülsenfrüchten.

Die wichtigsten unter ihnen sind u.a.:

Vitamin B1 (Thiamin): Ist entscheidend am Kohlenhydratstoffwechsel beteiligt. Es wirkt beim Abbau von Kohlenhydraten in den Muskeln mit, im Gehirn und anderen Organen, und ist somit wichtig für die physische Kondition und geistige Konzentration.

Vitamin B2 (Riboflavin): Trägt zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen bei, sowie zur Erhaltung normaler Haut und Sehkraft. Darüber hinaus trägt es zu einem normalen Energie- und Eisenstoffwechsel bei. Außerdem ist es mit daran beteiligt, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Vitamin B5 (Pantothensäure): Dieses Vitamin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, einer normalen geistigen Leistungsfähigkeit sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Darüber hinaus trägt es zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei.

Vitamin B6 und Vitamin B12: Diese Vitamine tragen u.a. zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei. Außerdem tragen sie zu einer normalen Hormontätigkeit bei.

Vitamin C: Zitrusfrüchte gelten als die klassischen Hauptlieferanten von Vitamin C. Aber auch viele Gemüsesorten wie Paprika, Brokkoli und Kohl sind reich an Vitamin C. Es trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei, und dazu, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

MSM (Methyl-Sulfonyl-Methan): Ist eine wichtige Schwefelverbindung, die bei der Synthese vieler Proteine eine Rolle spielt, darunter auch solche, die in Muskeln, Gelenken, Haut und Haaren vorkommen. Es kommt in nahezu allen Lebensmitteln (Milch, Obst, Gemüse, Getreide, Fleisch, Fisch etc.) vor, wird aber oftmals durch zu starkes Erhitzen zerstört.

Folsäure: Auch bekannt als Vitamin B9. Ist in grünem Blattgemüse wie Spinat, Gurken und Kohl enthalten. Auch Hülsenfrüchte, Nüsse und Orangen sind reich an Folsäure. Sie ist bei vielen biologischen Prozessen beteiligt und trägt u.a. zu einer normalen Funktion des Immunsystems, zur normalen Blutbildung und normalen Zellteilung bei. Eine Nahrungsergänzung mit Folsäure ist wesentlicher Bestandteil der Schwangerschaftsvorbereitung. Oftmals wird speziell vor und in den ersten drei Monaten der Schwangerschaft dazu geraten, dieses Vitamin zu ergänzen, da der erhöhte Bedarf oftmals nicht durch die Ernährung gedeckt werden kann.

Sollte die Aufnahme dieser Nährstoffe durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, können sie durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden.

Inhaltsstoffe:

Eine Kapsel enthält:

| | |
|-----------------------------|---------|
| Vitamin B1 (Thiamin) | 50 mg |
| Vitamin B2 (Riboflavin) | 50 mg |
| Vitamin B5 (Pantothersäure) | 50 mg |
| Vitamin B6 | 10 mg |
| Vitamin B12 | 25 mcg |
| Biotin | 1,5 mg |
| Folsäure | 400 mcg |
| Niacin | 12,5 mg |
| Niacinamid | 87,5 mg |
| Vitamin C | 125 mg |
| MSM | 200 mg |

Andere Inhaltsstoffe:

Dicalciumphosphat, mikrokristalline Zellulose,

Magnesiumstearat, SiO₂.

Das Produkt ist vegetarisch, glutenfrei, laktosefrei, nicht gentechnisch verändert.

Kapselhülle vegetarisch.

Verzehrempfehlung:

Im Normalfall 1 Kapsel 2-mal täglich mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern.

Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht.

Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronährstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet. Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

Hersteller



VitaBasix®

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com