

B complex met actieve vormen

NCS47595 201



Inhoud van deze gebruiksaanwijzing

1. Samenstelling van B complex
2. Wat is B complex en waarvoor wordt het gebruikt
3. Wat moet je weten voordat je B complex gebruikt
4. Hoe wordt B complex gebruikt
5. Hoe bewaar je B complex

1. Samenstelling van B complex

Inhoud 60 tabletten

Samenstelling per dagelijkse dosering

(= per tablet)		% RI**
Vitamine B1, als thiamine HCl	30 mg	2.727
Vitamine B2, als riboflavine	24 mg	1.714
Vitamine B2, als riboflavine-5-fosfaat	6 mg	429
Vitamine B3, als nicotinamide	60 mg	375
Vitamine B3, als inositol hexanicotinaat	15 mg	94
Vitamine B5, als calciumpanthotenaat	60 mg	1.000
Vitamine B5, als pantethine	7,5 mg	125
Vitamine B6, als pyridoxal-5-fosfaat	10 mg	714
Vitamine B8 (biotine)	250 µg	500
Foliumzuur, als 5-methyltetrahydrofolaat	400 µg	200
Vitamine B12, als adenosylcobalamine	150 µg	6.000
Vitamine B12, als methylcobalamine	150 µg	6.000
Cholinebitartraat	100 mg	
Inositol	100 mg	
PABA	100 mg	

Ingrediënten

Vitaminen*, vulstoffen: microkristallijne cellulose en dicalcium phosphate, cholinebitartraat* inositol*, PABA*, rijstzetmeel, vulstof: siliciumdioxide, antiklontermiddel: stearinezuur, glansmiddel: hypromellose, bevochtigmiddel: glycerol.

- * zie samenstelling
- ** Referentie-Inname

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

B complex bevat geen suiker, gluten, gist, lactose, kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Vanwege het gebruik van natuurlijke ingrediënten kunnen tussen de verschillende chargenummers afwijkingen in kleur en/of geur voorkomen. Deze onderlinge verschillen doen niets af aan de kwaliteit van het supplement.

2. Wat is B complex en waarvoor wordt het gebruikt

B-vitamines werken in het lichaam met elkaar samen, maar iedere B-vitamine heeft ook zijn eigen functies. Het is daarom belangrijk om een uitgebalanceerd B-complex te gebruiken. New Care B complex bevat zo'n uitgebalanceerde combinatie van alle B-vitamines samen met de daaraan verwante stoffen choline, inositol en PABA.

Voor vitamine B2, B3 en B5 is gekozen voor een combinatie van de biologisch actieve, omgezette vorm en de vorm zoals die in voeding voorkomt. Voor vitamine B6, B12 en foliumzuur is uitsluitend de biologisch actieve vorm verwerkt voor een goede benutting van deze 'moeilijke' vitamines in het lichaam. New Care B complex is geschikt voor vegetariërs en veganisten.

Vitamine B1 ondersteunt het energieniveau, heeft een gunstige invloed op het hart en is van belang voor het zenuwstelsel. Daarnaast draagt vitamine B1 net als vitamine B3 bij aan een heldere geest en is goed voor het geheugen en het concentratievermogen.

Vitamine B2 is een antioxidant. Het is belangrijk voor de huid en goed voor het gezichtsvermogen. Samen met vitamine B3 ondersteunt vitamine B2 het energieniveau, helpt bij vermoeidheid en is van belang voor het zenuwstelsel.

Vitamine B5 ondersteunt het energieniveau, helpt bij vermoeidheid en ondersteunt in stress-situaties.

Vitamine B6, B12 en foliumzuur dragen bij aan een heldere geest en zijn goed voor het geheugen en het concentratievermogen. Daarnaast ondersteunt dit drietal het immuunsysteem en helpt bij vermoeidheid. Vitamine B6 en vitamine B12 dragen bij tot een normale vorming van rode bloedcellen. Vitamine B6 en B12 zijn bovendien van belang voor het zenuwstelsel en ondersteunen het energieniveau. Foliumzuur en vitamine B12 dragen bij aan de aanmaak van cellen en weefsels.

Foliumzuur ondersteunt de aanmaak van rode en witte bloedlichaampjes. Foliumzuur is bovendien belangrijk voor vrouwen met een kinderwens en draagt bij tot de groei van het ongeboren kindje tijdens de zwangerschap. Biotine draagt bij aan een normale stofwisseling van koolhydraten, vetten en eiwitten. Het is belangrijk voor de huid en draagt bij aan een normale haargroei. Daarnaast ondersteunt biotine het energieniveau, is van belang voor het zenuwstelsel en is goed voor het geheugen en het concentratievermogen.

3. Wat moet je weten voordat je B complex gebruikt

Gebruik B complex niet

Bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen.
Voor kinderen tot 18 jaar.

Gebruik bij zwangerschap en borstvoeding

Voedingssupplementen mogen tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding enkel na overleg met een arts of apotheker worden ingenomen.

4. Hoe wordt B complex gebruikt

Gebruiksadvies voor volwassenen

1 x per dag 1 tablet, tijdens de maaltijd.
De aanbevolen dosering niet overschrijden.
Tablet met water innemen.

Moeite met slikken van grote tabletten of capsules? Al onze tabletten mogen worden fijngemalen met een vijzel of tabletcruiser. Met poeder gevulde capsules kunnen worden opengemaakt. De tablet of capsule kan op deze manier in poedervorm in bijvoorbeeld water of yoghurt worden ingenomen.

5. Hoe bewaar je B complex

Het product in de originele verpakking, droog en niet boven de 25° C bewaren. Bewaar B complex buiten bereik van kinderen.

De uiterste gebruiksdatum

Gebruik B complex niet meer na de datum zoals die op de bovenzijde van de verpakking is ingedrukt. Deze datum duidt het tijdstip aan waarna de kwaliteit van het product niet meer kan worden gewaarborgd. De eerste twee cijfers duiden de maand aan, de volgende groep het jaartal.

Dit product en bijbehorende informatie zijn met grote zorgvuldigheid samengesteld. Deze gebruiksaanwijzing dient uitsluitend ter informatie en is niet bedoeld ter vervanging van het advies van een arts.

Als je een medisch probleem hebt of denkt te hebben, neem dan altijd contact op met een arts. Noch de samenstellers, noch de producenten, noch de leveranciers kunnen aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade.