

B-Plex

B-Plex kombiniert die wichtigsten B-Vitamine in einer optimaler Verabreichungsmenge, zusammen mit Vitamin C und MSM. Die verschiedenen B-Vitamine sind für viele wesentliche biologische Funktionen, darunter den Stoffwechsel und die Zellerneuerung, von entscheidender Bedeutung. Der Vitamin-B-Komplex liefert Energie für Körper und Geist.

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 (B-Vitamine und C).

Vitamine sind für eine gute Gesundheit unerlässlich, denn ohne sie würde der menschliche Körper einfach aufhören zu funktionieren. Ein mangelnder Vitaminspiegel im Körper kann sowohl Mangelerscheinungen als auch Krankheiten verursachen. Vitamine sind, zusammen mit Enzymen, an vielen chemischen Reaktionen im Körper beteiligt. So spielen beispielsweise der Vitamin-B-Komplex und Vitamin C eine wichtige Rolle bei zahlreichen Stoffwechselfvorgängen und auch bei der Entgiftung verschiedener Umweltschadstoffe.

Schlechte Ernährung, Umwelteinflüsse und viele andere Faktoren können zu einer Unterversorgung mit ausreichenden Mengen an Vitaminen aus der täglichen Nahrung führen. Daher kann eine Ergänzung mit einer Vitaminzusammensetzung nicht nur empfehlenswert, sondern auch einfach eine Notwendigkeit sein.

Bei älteren Menschen kommt es häufig zu Vitaminmangel, weil der Körper mit zunehmendem Alter die in der Nahrung enthaltenen Vitamine aufgrund der verminderten Funktion verschiedener Organe nicht mehr aufnehmen kann.

Wirkungen

Vitamin B1 (Thiamin) ist für die Energieproduktion im Gehirn verantwortlich. Als Baustein von Enzymen reguliert Vitamin B1 den Kohlenhydratstoffwechsel und hat eine schmerzlindernde und entgiftende Wirkung auf das Nervensystem. Ein Mangel an Vitamin B1 führt zu einer Verminderung der Hirnfunktion und kann zu psychischen Veränderungen wie Stimmungstörungen, Vergesslichkeit und Verwirrung führen. Thiamin beeinflusst auch den wichtigen Neurotransmitter Acetylcholin, der für ein gesundes Gedächtnis verantwortlich ist.

Eine der Aufgaben von **Vitamin B2 (Riboflavin)** ist die Erneuerung des Glutathions, einer der wichtigsten Zellschutzsubstanzen gegen freie Radikale.

Neben der Energieproduktion ist **Vitamin B3 (Niacin)** zusammen mit anderen Substanzen für die Aufrechterhaltung des Blutzuckerspiegels im Normbereich, den Schutz vor freien Radikalen und für verschiedene Entgiftungsfunktionen im Körper verantwortlich. Niacin trägt auch dazu bei, gesunde Cholesterinwerte im Normbereich zu halten.

Vitamin B5 (Pantothensäure) ist an der Energiegewinnung aus Fett und Kohlenhydraten beteiligt. Es ist auch für die Produktion bestimmter Hormone und die Bildung roter Blutkörperchen notwendig.

Vitamin B6 (Pyridoxin) spielt eine wichtige Rolle bei der Zellteilung und -erneuerung und ist daher während der Schwangerschaft besonders wichtig. Es ist auch an der Produktion von Aminosäuren und wichtigen Neurotransmittern im Gehirn wie Serotonin, Dopamin und Noradrenalin beteiligt. Daher kann ein Mangel an Vitamin B6 zu einer Vielzahl schwerer Erkrankungen, einschließlich Stimmungstörungen, führen.

Vitamin B12 (Cyanocobalamin) ist ein wesentlicher Faktor für ein normales Wachstum, eine ungestörte Hämatopoese (Bildung der zellulären Bestandteile des Blutes) und die Reifung der Epithelzellen. Es ist ein wesentlicher Faktor für die Energieproduktion und unterstützt eine gesunde Immunfunktion. Vitamin-B12-Mangel ist eine der Hauptursachen für altersbedingte Erkrankungen des Gehirns.

Biotin ist an der Verwertung von Fett und Aminosäuren aus unserer Nahrung beteiligt. Angemessene Biotin-Werte führen zu gesunden Nägeln und Haaren.

B-Plex

- ▶ Eine Kombination von B-Vitaminen, die eine größere Therapiewirkung bietet als die getrennte Einnahme einzelner B-Vitamine
- ▶ Unterstützt eine optimale Hirnleistung und das Gedächtnis
- ▶ Fördert das allgemeine Wohlbefinden
- ▶ Stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte und schützt vor schädlichen Einflüssen der Umwelt

Auf einen Blick

B-Plex

Folsäure (Vitamin B11) ist für die DNA-Synthese und damit für die Zellentwicklung notwendig. Folsäure hat eine positive Wirkung auf alle sich schnell teilenden Gewebe und unterstützt deren Regeneration. Deshalb betrifft Folsäuremangel in erster Linie schnell wachsendes Gewebe. Aus diesem Grund ist es wichtig, während der Schwangerschaft genügend Folsäure zu sich zu nehmen. Diesbezüglich können bestimmte embryonale Fehlbildungen (Neuralrohrdefekte und Spina bifida) mit einem mütterlichen Folsäuremangel im Zusammenhang stehen. Daher wird eine Ergänzung mit Folsäure, insbesondere während der Schwangerschaft, empfohlen. Verschiedene Studien haben kürzlich darauf hingewiesen, dass ein Folsäuremangel auch zur Entstehung zahlreicher Krankheiten, wie z.B. Atherosklerose, beitragen kann.

Vitamin C hat die Fähigkeit, freie Radikale im Körper einzufangen und unschädlich zu machen. Somit erhöht Vitamin C die Abwehrkräfte des Körpers. Es fördert auch die Bildung und Ansammlung von Kollagen, einem wichtigen Protein, das für die Gewebekonstruktion im Körper notwendig ist.

MSM (Methylsulfonylmethan) ist eine wichtige Schwefelverbindung, die bei der Synthese vieler Proteine eine Rolle spielt, darunter auch solche, die in Muskeln, Haut und Haaren vorkommen.

Anwendungen

Gesundheit und Wohlbefinden: Zu Präventionszwecken und zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens. Bei Vitaminmangel in der Ernährung (z. B. Diät, Mangelernährung) oder bei Bedingungen mit erhöhtem Vitaminbedarf (z. B. Wachstum).

Schwangerschaft/Stillzeit: Eine Nahrungsergänzung mit Folsäure kann das Risiko embryonaler Missbildungen senken. Darüber hinaus kann eine Nahrungsergänzung mit Folsäure dazu beitragen, den Milchfluss anzuregen und die Milchproduktion während des Stillens zu erhöhen.

Immunsystem: Zur Stärkung der Abwehrkräfte des Körpers. Geeignet für die Genesungsphase nach (auszehrenden) Krankheiten.

Gehirnleistung: Bewahrung der optimalen Gehirn- und Gedächtnisleistung.

Nervensystem: Bei geschwächter Gesundheit des Nervensystems (Neuritiden, Neuralgien) dient Folsäure dazu, begleitende Mangelzustände auszugleichen, die aufgrund eines krankheitsbedingten erhöhten Bedarfs bestehen können. Sie kann auch dazu beitragen, natürliche Reparaturmechanismen zu stimulieren.

Haut: Zur Unterstützung der Behandlung von gewöhnlicher Akne und verwandten Entzündungen der Talgdrüsen. Kann außerdem dazu beitragen, die Neubildung von Kollagen zu stimulieren.

Zusammensetzung

Eine Kapsel enthält:

Vitamin B1	50 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	50 mg
Vitamin B5 (Pantothensäure)	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

in pharmazeutischer Qualität. Andere Inhaltsstoffe: Dicalciumphosphat, mikrokristalline Zellulose, Magnesiumstearat, SiO₂.

Dosierung

Im Normalfall zur Nahrungsergänzung und Mangelvorbeugung 1 Kapsel 2-mal täglich mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.




Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Personen, die unter ständiger ärztlicher Betreuung stehen, sollten vor der Einnahme einen Arzt konsultieren. Produktinformationen sind keine Heilungsaussagen, generell wird vor einer Selbstmedikation ohne Rücksprache mit dem Arzt abgeraten. Irrtümer sowie Druck- und Satzfehler vorbehalten.

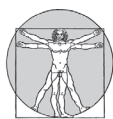
Für Kinder unerreichbar an einem kühlen und trockenen Ort aufbewahren.

B-Plex-Produktgruppen

B-Plex ist in folgenden Produktgruppen zu finden (www.vitabasix.com):

-  **Vitamine & Nahrungsergänzungstoffe**
-  **Hirn & Gedächtnis**
-  **Immunsystem, Zellschutz & Antioxidantien**

Hersteller:



VitaBasix[®]

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com

Wichtige Hinweise:

Unsere Produkte werden nach GMP (Good Manufacturing Practice) Standard hergestellt. Qualität, Reinheit und Konzentration werden laufend von unabhängigen Testlabors nach FDA (Food and Drug Administration) Richtlinien überprüft.

Unsere Produkte sollen als Präventivmaßnahmen bzw. zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens verstanden werden. Bei der Verwendung zur Behandlung von Krankheiten empfehlen wir unbedingt die vorherige Konsultation Ihres Arztes.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Stand: VBX1-21