



# ICH FÜHL MICH VIT AL

## B12 TRINK VIT AL



### Trinkfläschchen mit hochkonzentriertem Vitamin B12

- Nahrungsergänzungsmittel mit dem Plus an Vitaminen B1, B2, B6
- Für einen normalen Energiestoffwechsel
- Trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- Einfach anzuwenden, praktisch für unterwegs
- Vegan, gluten- und laktosefrei

### Zur Unterstützung des Energiestoffwechsels

Vitamin B12 (Cyanocobalamin) ist an zahlreichen Prozessen in unserem Körper beteiligt. Es trägt zur Aktivierung von Folsäure bei und ist daher wichtig für die Bildung roter Blutkörperchen, spielt eine Rolle bei der Zellteilung und unterstützt die normale Funktion des Energiestoffwechsels und des Nervensystems. Zudem trägt Vitamin B12 zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Vitamin B12 ist in fast allen Lebensmitteln tierischer Herkunft enthalten. Ist die ausreichende Aufnahme über die Ernährung alleine nicht möglich, kann der Verzehr eines Nahrungsergänzungsmittels zur Unterstützung des Energiestoffwechsels beitragen.

B12 TRINK VIT AL enthält hochkonzentriertes Vitamin B12 sowie die Vitamine B1, B2, B6 und wird 1 mal täglich verzehrt. Die wohlschmeckende Trinklösung mit Pfirsich-Maracuja-Geschmack ist einfach anzuwenden und daher auch unterwegs möglich. B12 TRINK VIT AL enthält keine Farbstoffe oder Süßungsmittel und ist vegan, laktose- und glutenfrei.

### Abgestimmte Kombination aus B12 plus Vitaminen B1, B2 und B6

Das Gute an B12 TRINK VIT AL ist nicht nur der hohe Gehalt an Vitamin B12, sondern auch das Plus an ausgewählten B-Vitaminen, die nur in geringen Mengen vom Organismus gespeichert werden können.

Die Vitamine B1, B2 und B6 tragen zur normalen Funktion des Energiestoffwechsels und des Nervensystems bei. Die Vitamine B12, B2 und B6 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Vitamin B1 (Thiamin) ist zusätzlich an der normalen Funktion des Herzens und der normalen psychischen Funktion beteiligt. Vitamin B2 (Riboflavin) trägt zur Erhaltung normaler Haut und Schleimhäute sowie der normalen Sehkraft, zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen, einem normalen Eisenstoffwechsel und dem Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

Mit Vitamin B6 ist ein Inhaltsstoff enthalten, der den normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel unterstützt sowie die normale Bildung roter Blutkörperchen. Es trägt zudem zu normalem Cystein-Synthese und Homocystein-Stoffwechsel, zur normalen psychischen Funktion, zur normalen Funktion des Immunsystems und zur Regulierung der Hormontätigkeit bei.

### VERZEHREMPFEHLUNG:

Dank des Trinkfläschchens mit Zweikammersystem ist B12 TRINK VIT AL einfach anzuwenden. Die trinkfertige Lösung wird erst unmittelbar vor dem Verzehr zubereitet.



Die Vitamine befinden sich in der weißen Verschlusskappe. Drehen Sie die Verschlusskappe im Uhrzeigersinn, bis sich die Deckelkammer mit dem Pulver öffnet.



Das Fläschchen gut schütteln, um Pulver und Flüssigkeit zu mischen. Aufgrund der Farbe der enthaltenen B-Vitamine färbt sich die Trinklösung bei Vermischung nun orange.



Drehen Sie die Verschlusskappe nun gegen den Uhrzeigersinn, öffnen das Fläschchen und trinken die zubereitete Flüssigkeit.

Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren verzehren 1x täglich die fertige Lösung eines Trinkfläschchens. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden.

B12 TRINK VIT AL ist nicht geeignet für Schwangere, Stillende und Kinder unter 14 Jahren.

**HINWEIS:** Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.



### Bei veganer Ernährung

Da pflanzliche Nahrungsmittel so gut wie kein Vitamin B12 enthalten, kann es bei Menschen, die sich vegan ernähren, zu einer Unterversorgung an dem für zahlreiche Körperfunktionen wichtigen Vitamin kommen. Zur Deckung der empfohlenen Tagesmenge kann der Verzehr eines Nahrungsergänzungsmittels angeraten sein.



### Konzentration und Leistungsfähigkeit

Die Kombination von B12 mit den Vitaminen B1, B2 und B6 trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Zudem trägt sie zu einem normalen Energiestoffwechsel und der normalen Funktion des Nervensystems bei.



### Für ältere Menschen

Personen im fortgeschrittenen Lebensalter sind häufiger von einem Vitamin B12-Mangel betroffen. Zu den Ursachen zählen u. a. Veränderungen der Magenschleimhaut, die Einnahme von Medikamenten, die die Bildung der Magensäure hemmen sowie eine einseitige Ernährungsweise.

### Häufige Fragen & Antworten

#### In welcher Konzentration sind die Vitamine in B12 TRINK VIT AL enthalten?

B12 TRINK VIT AL enthält hochkonzentriertes Vitamin B12 und die Vitamine B1, B2 und B6

Zusammensetzung	pro Trinkflasche	Prozent der Tageszufuhr*
Vitamin B12	500 µg	20.000 %
Vitamin B1	1,1 mg	100 %
Vitamin B2	1,4 mg	100 %
Vitamin B6	1,4 mg	100 %

\* Referenzmenge nach Lebensmittelinformationsverordnung

B12 TRINK VIT AL Trinkfläschchen sind laktose- und glutenfrei. Sie enthalten keine Farbstoffe, Süßungsmittel und Alkohol.

#### Woran erkennt man eine Unterversorgung mit Vitamin B12?

Vitamin B12 lässt sich als einziges der wasserlöslichen B-Vitamine gut im Körper (vor allem in der Leber) speichern. Eine Unterversorgung fällt deshalb häufig erst nach einigen Jahren auf. Zudem macht sich eine ausgeprägte Unterversorgung mit Vitamin B12 meist durch unspezifische Symptome wie z. B. Blässe, verstärkte Müdigkeit und Konzentrationsprobleme oder Sensibilitätsstörungen wie Kribbeln und Taubheitsgefühle bemerkbar. Die durch einen B12-Unterversorgung gestörte Blutbildung kann sich durch charakteristische Veränderungen im Blutbild äußern.

#### In welchen Lebensmitteln ist besonders viel Vitamin B12 enthalten?

Gute Quellen für Vitamin B12 sind vor allem Nahrungsmittel tierischen Ursprungs wie z.B. Leber, Fisch (z. B. Hering, Makrele) und Meeresfrüchte, Rindfleisch, Hühnereier, Käse und Milch.

#### Kann der B12-Spiegel auch zu hoch sein?

Im Allgemeinen kann der Körper den B12-Spiegel regulieren, indem er bei Bedarf überflüssiges B12 über die Nieren ausscheidet. Eine Überdosierung ist bei der Normalbevölkerung bisher nicht bekannt.

#### Muss ich die Trinkfläschchen im Kühlschrank aufbewahren?

Nein, das ist nicht notwendig. Lagern Sie B12 TRINK VIT AL an einem trockenen, lichtgeschützten Ort nicht über 25°. Bei der Lagerung kann es aufgrund der Inhaltsstoffe zu Farbveränderungen kommen, die Qualität des Produkts wird dadurch jedoch nicht beeinflusst.

Bitte bewahren Sie B12 TRINK VIT AL außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern auf.

Bildquellen: iStockphoto.com/mimoandriani, iStockphoto.com/fizkes, iStockphoto.com/PIKSEL