

## Vitamin B<sub>12</sub> Opti 100 Tabletten

PZN 10012369

**Für eine ergänzende B<sub>12</sub>-Versorgung in bestimmten Lebenssituationen**

Inhalt: 180 Tabletten      Nettofüllgewicht: 46,4 g

### Informationen

Die EFSA bestätigt, dass Vitamin B<sub>12</sub> einen Beitrag leistet:

- zur normalen Bildung roter Blutkörperchen
- zur Funktion des Immunsystems
- zur normalen Funktion des Nervensystems
- zur psychischen Funktion

Zudem trägt Vitamin B<sub>12</sub> zur Verminderung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Lebensmittel tierischen Ursprungs stellen unsere wichtigste Quelle für Vitamin B<sub>12</sub> dar. Pflanzliche Produkte enthalten nahezu kein Vitamin B<sub>12</sub>. Im zunehmenden Alter oder bei vegetarischer Ernährungsweise kann eine zusätzlich hoch dosierte Gabe in Form von Vitamin B<sub>12</sub> Opti 100 sinnvoll sein, um die Zufuhr von diesem wichtigen B-Vitamin zu verbessern.



### Eine Tablette enthält

Vitamin B<sub>12</sub> 100 µg.

### Zutaten

Reisstärke; Füllstoff: Cellulose; Mannitol; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Hydroxypropylcellulose und Talkum; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren und Siliciumdioxid; pflanzliches Öl (Kokos, Palmkern); Cyanocobalamin; Farbstoffe: Titandioxid, Riboflavin, Eisenoxide und Eisenhydroxide.

### Informationen über Nährstoffe und Stoffe mit ernährungsspezifischer Wirkung

Nährstoffe	pro Verzehrempfehlung (2 Tabletten/Tag)	% der Referenzmenge*
Vitamin B <sub>12</sub>	200 µg	8000 %

\* Referenzmenge gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

### Verzehrempfehlung

2x täglich 1 Tablette mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

### Besondere Hinweise

- Überschreiten Sie nicht die empfohlene Tagesdosis von 2 Tabletten.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.