

## B<sub>12</sub>-Phospholipid Methylcobalamin Hydroxycobalamin vegan



### Für Energiestoffwechsel, Nerven und Psyche\*

- ✓ Die wichtigsten Vitamin-B<sub>12</sub>-Formen in Synergie
- ✓ Pro Portion 100 µg Vitamin B<sub>12</sub> als Methylcobalamin & Hydroxycobalamin
- ✓ Dank Phospholipiden optimierte Bioverfügbarkeit
- ✓ Mit Cassis- und Mangopulver für einen fruchtigen Geschmack

80 g (160 Portionen)

### Phospholipide sorgen für optimierte Bioverfügbarkeit

Durch die besondere Matrix, die die fettlöslichen Phospholipide (aus der Sonnenblume) für das Vitamin B<sub>12</sub> bilden, bietet sich dem Körper eine weitere Möglichkeit zur Vitamin-B<sub>12</sub>-Aufnahme. Gerade für Menschen, bei denen die Resorption des Vitamins eingeschränkt ist, kann dies eine Hilfe sein, den Bedarf zu decken.

\*Das in B<sub>12</sub>-Phospholipid enthaltene Vitamin B<sub>12</sub> leistet einen wissenschaftlich gesicherten Beitrag zur Gesundheit und zu den folgenden normalen Körperfunktionen:

- Homocystein- und Energiestoffwechsel
- Psychische Funktion und Nervensystem
- Reduktion von Müdigkeit
- Immunsystem
- Bildung roter Blutkörperchen

## Warum Methyl- und Hydroxy-B<sub>12</sub>?

Hydroxycobalamin und Methylcobalamin sind beides Vitamin-B<sub>12</sub>-Verbindungen, die auch in der Natur vorkommen, nicht toxisch sind und verschiedene Arten des Vitamin-B<sub>12</sub>-Bedarfs bedienen. Sie ergänzen sich ideal, um Sie rundum zu versorgen.

## Wie viel Vitamin B<sub>12</sub> sollte ich zu mir nehmen?

Die tägliche Aufnahme von 2,5 µg Vitamin B<sub>12</sub> reicht eigentlich aus. Allerdings kann der tatsächliche Tagesbedarf je nach Person um einen Faktor von 100 oder mehr differieren. Um normale Blutwerte zu erreichen, benötigen Personen mit reduzierter Resorption entsprechend höher dosiertes Vitamin B<sub>12</sub>. Das kann beispielsweise mit zunehmendem Alter häufiger der Fall sein. Sinnvoll kann eine höhere Dosierung auch für Veganer und Vegetarier sein, da diese so ihre Leberdepots schneller wieder auffüllen können.

Je Messlöffel B<sub>12</sub>-Phospholipid sind 100 µg Vitamin B<sub>12</sub> enthalten.

Tipp: Ein Urin- und/oder Bluttest kann sinnvoll sein, um den Vitamin-B<sub>12</sub>-Status zu ermitteln. Methylmalonsäure (MMA) im Blut oder Urin (sensitiver Frühindikator) oder Holo-Transcobalamin (Holo-TC; aktives Vitamin B<sub>12</sub>) im Blut.

## Verzehrempfehlung:

1–3 Messlöffel täglich im Mund zergehen lassen.

Pflichthinweis: Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden.

Füllhöhe technisch bedingt. Dose trocken lagern!

Nahrungsergänzungsmittel



**Zutaten:**

Akazienfaser, Mango-Fruchtpulver (22 %), schwarzes Johannisbeer-Fruchtpulver (22 %), Sonnenblumenlecithin (11 %), Kieselerde, Hydroxycobalamin, Methylcobalamin. Kann Spuren von **Schalenfrüchten** enthalten.

**Nährwerte:**

Durchschnittswerte pro:	1 ML <sup>1</sup>	3 ML <sup>2</sup>
Vitamin B <sub>12</sub>	100 µg (4000 % <sup>3</sup> )	300 µg (12 000 % <sup>3</sup> )
- davon Methylcobalamin	50 µg (2000 % <sup>3</sup> )	150 µg (6000 % <sup>3</sup> )
- davon Hydroxycobalamin	50 µg (2000 % <sup>3</sup> )	150 µg (6000 % <sup>3</sup> )
Phospholipide	50 mg	150 mg

<sup>1</sup> 1 Messlöffel (ML) = 1 Portion (0,5 g)

<sup>2</sup> 3 ML = 3 Portionen (1,5 g; Tagesdosis)

<sup>3</sup> Referenzmengen für die tägliche Zufuhr (NRV)

**Apotheken-Bestellnummer:**

Deutschland: PZN 18044802

Österreich: PHZNR 5645799

EAN/GTIN-Code 4 041246 502220

Dr. Jacob's Medical GmbH, Platter Straße 92, 65232 Taunusstein

**Unsere Motivation bei Dr. Jacob's:****Wir wollen eine gesündere Zukunft für uns alle schaffen!**

Die Dr. Jacob's Medical GmbH wurde im Jahre 1997 von den Drs. Jacob gegründet. Seit der Gründung ist unsere Philosophie, keinen Modetrends zu folgen, sondern die wichtigsten Erkenntnisse und Entdeckungen der Wissenschaft zu prüfen und sie für Ihre Gesundheit zu nutzen.



Stand 10.05.2022

Hochwertige, möglichst natürliche und pflanzliche Inhaltsstoffe, strenge Qualitätskontrollen und die Fachkompetenz der Firmengründer sowie eines ernährungswissenschaftlichen Teams machen den besonderen Charakter von Dr. Jacob's Gesundheitsmitteln aus. Bei der Produktentwicklung achtet Dr. Jacob stets auf die bestmögliche Synergie und optimale Bioverfügbarkeit der besonderen Inhaltsstoffe.



**Dr. Jacob's**<sup>®</sup>

Wissen im Dienste Ihrer Gesundheit