

Produktinformation vor Anwendung aufmerksam lesen.



**Liebe Leserin, lieber Leser!**

VITACTIV® Vitamin-B-Komplex ist ein qualitativ hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel, welches zur optimalen Ergänzung bei unzureichender Versorgung mit B-Vitaminen entwickelt wurde. Ein erhöhter Bedarf an B-Vitaminen kann z.B. durch die Einnahme von bestimmten Arzneimitteln oder vegetarischer Ernährung entstehen.

#### **Eigenschaften:**

Vitamine des B-Komplexes gehören zur Gruppe der wasserlöslichen Vitamine und spielen eine zentrale Rolle in fast allen Stoffwechselreaktionen. Jedoch ist die Speichermöglichkeit für wasserlösliche Vitamine im Körper nur sehr gering, darum ist eine regelmäßige Zufuhr erforderlich.

B-Vitamine sind Bestandteile von Enzymen oder Coenzymen und haben katalytische und regulatorische Funktionen im Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel. Dadurch wird die Energieumsetzung aus Makronährstoffen wie Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße unterstützt. Vitamin B1, B2, Pantothensäure, B6, Biotin und B12 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Vitamin B1, B2, Niacin, B6, Biotin und B12 sorgen für eine normale Funktion des Nervensystems. Auch häufige Müdigkeit und Ermüdung wird verringert durch die Vitamine B2, Niacin, Pantothensäure, B6, Folsäure und B12. Zusätzlich wird eine unterstützende Wirkung zur Erhaltung und Bildung roter Blutkörperchen von Vitamin B2, B6, Folsäure und B12 erbracht. Nicht zu vergessen ist der positive Einfluss auf den Homocystein-Stoffwechsel von Vitamin B6, Folsäure und Vitamin B12.

VITACTIV® Vitamin-B-Komplex enthält die Vitamine B2, B6 und B12 in ihrer biologisch aktiven Form, als Natrium-Riboflavin-5'-phosphat, Pyridoxin-5'-phosphat und Methylcobalamin. Niacin in Form von Nikotinamid ist besser verträglich und verursacht weniger Flushing-Symptome (Hautrötung).

#### **Wann ist eine ergänzende Zufuhr an B-Vitaminen sinnvoll?**

Ein erhöhter Bedarf an B-Vitaminen kann verschiedene Ursachen haben und hängt von individuellen Faktoren ab. Ein Faktor kann die längere Einnahme von bestimmten Arzneimitteln sein, wie z. B. Magenschutzpräparate (Wirkstoff z. B. Omeprazol, Cimetidin) oder der Antibabypille. Diese können die Aufnahme von Vitamin B negativ beeinflussen. Streng vegetarische oder vegane Ernährung ermöglicht oft eine nicht ausreichende Zufuhr an B-Vitaminen. Auch Alkoholmissbrauch und hoher Tabakkonsum kann zu einer Unterversorgung führen.

#### **Empfohlene Dosierung:**

1-mal täglich 1 Kapsel unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit nach dem Essen einnehmen.

Produktinformation vor Anwendung aufmerksam lesen.

# VITACTIV® B

## Vitamin-B-Komplex

Nährwerte	pro 100 g	pro Tagesdosis
Brennwert	534 kJ / 129 kcal	2 kJ / 0 kcal
Fett	0,9 g	< 0,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0 g	0 g
Kohlenhydrate	0,4 g	< 0,1 g
davon Zucker	0 g	0 g
Eiweiß	21 g	< 0,1 g
Salz	0 g	0 g
<b>Inhaltsstoffe</b>		
Thiamin (B1)	1,2 g	3,3 mg (300 %*)
Riboflavin (B2)	3,6 g	10 mg (714 %*)
Niacin (B3)	17,3 g	48 mg (300 %*)
Vitamin B6	5,4 g	15 mg (1071 %*)
Folsäure (B9)	0,2 g	600 µg (300 %*)
Vitamin B12	54 mg	150 µg (6000 %*)
Biotin (B7)	54 mg	150 µg (300 %*)
Pantothersäure (B5)	6,5 g	18 mg (300 %*)

\*% NRV: Nährstoffbezugswerte gemäß VO (EU) Nr. 1169 2011

**Zutaten:** Bierhefe inaktiv\*\*, Nikotinamid, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Calcium-D-pantothenat, Pyridoxal-5'-phosphat, Natrium-Riboflavin-5'-phosphat, Thiaminhydrochlorid, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Methylcobalamin. \*\* enthält Gluten

**Wichtige Hinweise:** VITACTIV® Vitamin-B-Komplex ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. Trocken, lichtgeschützt und kühl lagern. Für Kinder unerreichbar aufbewahren.

### Wechselwirkungen:

Die Einnahme von 5-Fluorouracil, Schleifendiuretika (z.B. Furosemid) und Pyridoxin Antagonisten (z.B. Isoniazid) kann die Aufnahme von B-Vitaminen vermindern. Folsäureantagonisten wie Methotrexat und Trimethoprim hemmen die biologische Aktivität von Folsäure. Halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt vor Anwendung von VITACTIV® Vitamin-B-Komplex, wenn Sie eines der genannten oder andere Medikamente einnehmen.

### Vorsichtsmaßnahmen:

VITACTIV® Vitamin-B-Komplex wird im Allgemeinen gut vertragen. Regelmäßige starke Überdosierung über einen längeren Zeitraum kann zu Beeinträchtigungen der Gesundheit führen. Riboflavin-5-phosphat kann mitunter zu einer intensiven Gelbfärbung des Urins führen, die aber unbedenklich ist. Nicht anwenden bei bekannter Allergie bzw. Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil.

**Inhalt:** 60 Kapseln

### Herstellung und Vertrieb:

ECA-MEDICAL HandelsGmbH, Mitterweg 4  
A-6265 Hart im Zillertal, Österreich

01 13/08/20

ECA-MEDICAL