

## B100 complex combinatie van B-vitaminen

NCS40303 102



### Inhoud van deze gebruiksaanwijzing

1. Samenstelling van B100 complex
2. Wat is B100 complex en waarvoor wordt het gebruikt
3. Wat moet u weten voordat u B100 complex gebruikt
4. Hoe wordt B100 complex gebruikt
5. Hoe bewaart u B100 complex

### 1. Samenstelling van B100 complex

Inhoud 60 tabletten

#### Samenstelling per dagelijkse dosering (= per tablet)

		% RI/ ADH**
Vitamine B1, als thiamine HCl	100 mg	9.091
Vitamine B2, als riboflavine	100 mg	7.143
Vitamine B3, als nicotinamide	100 mg	625
Vitamine B5, als calciumpanthotenaat	100 mg	1.667
PABA	100 mg	
Inositol	100 mg	
Cholinebitartraat	100 mg	
Vitamine B6, als pyridoxine HCl	20 mg	1.429
Foliumzuur	400 µg	200
Biotine	150 µg	300
Vitamine B12, als cyanocobalamine	100 µg	4.000

### Ingrediënten

Vitaminen\*, vulstof: microkristallijne cellulose, PABA\*, inositol\*, cholinebitartraat\*, ontklonermiddel: magnesiumstearaat, vulstof: siliciumdioxide, glansmiddel: hypromellose, bevochtigmiddel: polysorbaat, glansmiddel: bijenwas.

\* zie samenstelling

\*\* Referentie-Inname / Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

**B100 complex** bevat geen suiker, gluten, gist, lactose, kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Vanwege het gebruik van natuurlijke ingrediënten kunnen tussen de verschillende chargenummers afwijkingen in kleur en/of geur voorkomen. Deze onderlinge verschillen doen niets af aan de kwaliteit van het supplement.

### 2. Wat is B100 complex en waarvoor wordt het gebruikt

B-vitaminen werken in het lichaam veelal samen met elkaar, maar iedere B-vitamine heeft ook zijn eigen functies.

Vitamine B1 ondersteunt het energieniveau, heeft een gunstige invloed op het hart en is van belang voor het zenuwstelsel. Daarnaast draagt vitamine B1 net als vitamine B3 bij aan een heldere geest en is goed voor het geheugen en het concentratievermogen.  
 Vitamine B2 is een antioxidant. Het is belangrijk voor de huid en goed voor het gezichtsvermogen. Samen met vitamine B3 ondersteunt vitamine B2 het energieniveau, helpt bij vermoeidheid en is van belang voor het zenuwstelsel.  
 Vitamine B5 ondersteunt het energieniveau, helpt bij vermoeidheid en ondersteunt bij spanning en inspanning.  
 Vitamine B6, B12 en foliumzuur ondersteunen het homocysteïne metabolisme. Gezamenlijk dragen deze drie B-vitaminen ook bij aan een heldere geest en zijn goed voor het geheugen en het concentratievermogen. Daarnaast ondersteunt dit drietal het immuunsysteem en helpt bij vermoeidheid.

Vitamine B6 en vitamine B12 dragen bij tot een normale vorming van rode bloedcellen. Vitamine B6 en B12 zijn bovendien van belang voor het zenuwstelsel en ondersteunen het energieniveau.

Foliumzuur en vitamine B12 dragen bij aan de aanmaak van cellen en weefsels.

Foliumzuur ondersteunt de aanmaak van rode en witte bloedlichaampjes. Foliumzuur is bovendien belangrijk voor vrouwen met een kinderwens en draagt bij tot de groei van het ongeboren kindje tijdens de zwangerschap. Biotine draagt bij aan een normale stofwisseling van koolhydraten, vetten en eiwitten. Het is belangrijk voor de huid en draagt bij aan een normale haargroei. Daarnaast ondersteunt biotine het energieniveau, is van belang voor het zenuwstelsel en is goed voor het geheugen en het concentratievermogen.

NZVT New Care B100 complex voldoet aan de normen van het NZVT systeem en is getest op de afwezigheid van dopinggerelateerde stoffen. Dit betekent dat dit product met zekerheid door topsporters kan worden gebruikt.

### 3. Wat moet u weten voordat u B100 complex gebruikt

#### Gebruik B100 complex niet

Bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen.  
 Voor kinderen.

#### Gebruik bij zwangerschap en borstvoeding

Voedingssupplementen mogen tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding enkel na overleg met uw arts of apotheker worden ingenomen.

### 4. Hoe wordt B100 complex gebruikt

#### Gebruiksadvies voor volwassenen

1 x per dag 1 tablet, tijdens de maaltijd.  
 De aanbevolen dosering niet overschrijden.  
 Tablet met water innemen.

Problemen met slikken van grote tabletten of capsules? Al onze tabletten mogen worden fijngemalen met een vijzel of tabletcruisher. Met poeder gevulde capsules kunnen worden opengemaakt. De tablet of capsule kan op deze manier in poedervorm in bijvoorbeeld water of yoghurt worden ingenomen.

### 5. Hoe bewaart u B100 complex

Het product in de originele verpakking, droog en niet boven de 25° C bewaren. Bewaar B100 complex buiten bereik van kinderen.

#### De uiterste gebruiksdatum

Gebruik B100 complex niet meer na de datum zoals die op de bovenzijde van de verpakking is ingedrukt. Deze datum duidt het tijdstip aan waarna de kwaliteit van het product niet meer kan worden gewaarborgd. De eerste twee cijfers duiden de maand aan, de volgende groep het jaartal.

Dit product en bijbehorende informatie zijn met grote zorgvuldigheid samengesteld. Deze gebruiksaanwijzing dient uitsluitend ter informatie en is niet bedoeld ter vervanging van het advies van uw arts.

Als u een medisch probleem heeft of denkt te hebben, neem dan altijd contact op met uw arts. Noch de samenstellers, noch de producenten, noch de leveranciers kunnen aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade.