

## **Bijsluiter: Vitamine B Complex**

### **Zo ondersteunt B-Complex jouw gezondheid**

Uit een gezonde voeding haal je de energie die je dagelijks nodig hebt. Soms kun je echter wel wat extra energie gebruiken. Vooral als je zware lichamelijke of geestelijke inspanning verricht, kun je een futloos en moe gevoel hebben. B-Complex van Pharmaxx is een krachtig supplement met alle B vitamines om je energieniveau te ondersteunen.

### **De kracht van vitamine B**

Vitamine B is een verzamelnaam voor acht wateroplosbare vitamines, namelijk vitamine B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (niacine), B5 (pantotheenzuur), B6 (pyridoxine), vitamine B8 (biotine), B11 (foliumzuur) en B12 (cobalamine). Deze 8 vitamines worden samen het vitamine B complex genoemd. Vitamine B12 ondersteunt de normale werking van het zenuwstelsel en vitamine B1 en B5 helpen energie vrij te maken uit uw voeding. Vitamine B12 draagt bij aan extra energie bij vermoeidheid. Zink is goed voor de nagels.

### **Extra energie!**

Vitamines B1, B5 en B6 bevorderen de energiestofwisseling. Wanneer je dagelijks voldoende vitamines binnenkrijgt, kan je lichaam de hele dag energie vrijmaken. B-Complex van Pharmaxx is een krachtig supplement dat alle Bvitamines levert die je nodig hebt. Zo blijf je je goed voelen. Naast de verschillende Bvitamines, is het B-Complex aangevuld met PABA, choline en inositol.

### **Gezonde huid, sterke nagels en mooi haar**

Er zijn veel factoren die invloed hebben op de conditie van je haar, huid en nagels. Voorbeelden hiervan zijn spanningen, weersveranderingen, vermoeidheid en slechte voedingsgewoonten. Om je haar, huid en nagels gezond te houden, kunnen vitamines een belangrijke rol spelen.

Nagels; zink

Haar; B8, koper, zink

Huid; B8, koper, B3, B2 en zink

#### **Pharmaxx Nederland**

Postbus 4644

4803 EP Breda

Klantenservice: 020-21 48 009

(ma t/m vrij van 10.00 u - 16.00 u)

**IBANnr.** NL27 ABNA 0980 0876 86

Website: [www.pharmaxx.nl](http://www.pharmaxx.nl)

E-mail: [info@pharmaxx.nl](mailto:info@pharmaxx.nl)

#### **Pharmaxx België**

Postbus 36

2320 Hoogstraten

Klantenservice: 03 808 72 85

(ma t/m vrij van 10.00 u - 16.00 u)

**IBANnr.** BE45 0017 4707 5989

Website: [www.pharmaxx.be](http://www.pharmaxx.be)

E-mail: [info@pharmaxx.be](mailto:info@pharmaxx.be)

## Inhoud en gebruik

### Bevat per dagdosering van 1 capsule

Vitamines		ADH*
Vitamine B1, Thiamine HCL	2,2 mg	200%
Vitamine B2, Riboflavine	2,8 mg	200%
Vitamine B3, Nicotinamide	16 mg	100%
Vitamine B5, Calcium Pantothenaat	12 mg	200%
Vitamine B6, Pyridoxine HCL	2,1 mg	150%
Vitamine B8, biotine	50 mcg	100%
Vitamine B11, Pteroylmonoglutaminezuur	200 mcg	100%
Vitamine B12, Cyanocobalamine	3,75 mcg	150%
Koper, kopergluconaat	1 mg	100%
Zink, zinkcitraat	2,5 mg	25%

### Overige stoffen:

Paba	10 mg	-
Inositol	10 mg	-
Choline	10 mg	-

### Ingrediënten

Plant aardige capsule (hypromellose), vulstof (microkristallijne cellulose), vitamines, choline, PABA, inositol, antiklontermiddelen (magnesium stearaat, talk), maltodextrine, natuurlijke kleurstof (titanium dioxide).

\* Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH)

### Voel je fit en energiek!

Vitamine B12 draagt bij tot de normale werking van het zenuwstelsel en vitamines B1 en B5 helpen bij een normaal energieleverend metabolisme. Daarnaast helpt vitamine B3 een normale huid te behouden. Vitamine B8 draagt bij aan normale haargroei en zink in B Complex is goed voor de nagels. Vitamine B-Complex is ook geschikt als aanvulling op een vegetarische levensstijl.

### Dosering:

#### Dagelijkse dosering:

Eén capsule per dag tijdens de maaltijd met water innemen.

- Dit product is ook geschikt voor zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven, mensen met een vegetarische leefstijl en kinderen vanaf 12 jaar. Bij medicijngebruik de bijsluiter op onze website raadplegen.

Aanbevolen dosering niet overschrijden.  
Buiten bereik van jonge kinderen bewaren.

## Allergenen informatie

B-Complex is gegarandeerd glutenvrij, lactosevrij en bevat geen resten of sporen van pinda's. Aan dit product zijn geen kunstmatige zoetstoffen, suikers en kleur-, geur- of smaakstoffen toegevoegd.

## Aanbevolen dosering

Eén capsule per dag. Bij voorkeur bij de maaltijd en met voldoende water innemen. Aanbevolen dagelijkse dosering niet overschrijden. Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde, evenwichtige voeding, waarvoor voedings-supplementen geen vervanging zijn.

Dit product is ook geschikt voor zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven, mensen met een vegetarische leefstijl en kinderen vanaf 12 jaar. Bij medicijngebruik de bijsluiters goed lezen.

## Bewaaraadvies

Beneden 25°C op een droge plaats bewaren en beschermen tegen zonlicht. Na gebruik verpakking goed sluiten. Buiten het bereik van jonge kinderen houden.

## Het hele jaar door

B-Complex van Pharmaxx is zo samengesteld, dat je dit product het hele jaar door dagelijks kunt gebruiken.

## Vragen over B-Complex?

Heb je vragen of wil je extra informatie? Neem dan contact op met de Pharmaxx klantenservice. Dat kan eenvoudig via telefoon, email.

