

# Vitamin B-Komplex Pflüger® PUR

Nahrungsergänzungsmittel



Liebe Anwenderin, lieber Anwender,

mit Vitamin B-Komplex Pflüger® PUR haben Sie ein Nahrungsergänzungsmittel gewählt, das für die bewährte Pflüger-Qualität steht und wichtige B-Vitamine sowie Inositol und Cholin enthält.

## Welche Rolle spielen B-Vitamine im Organismus?

B-Vitamine sind an vielen Stoffwechselprozessen im Körper beteiligt. Hierbei sind die einzelnen B-Vitamine stark miteinander vernetzt und lebensnotwendig für den Stoffwechsel jeder Körperzelle. Somit übernehmen die B-Vitamine eine Vielzahl an Aufgaben in unserem Organismus.

Alle B-Vitamine sind wasserlösliche Vitamine, die regelmäßig über die Nahrung aufgenommen werden müssen und nicht lange vom Körper gespeichert werden können (Ausnahme Vitamin B12). Bei Inositol und Cholin handelt es sich um Vitaminoide, B-Vitamin-ähnliche Substanzen.

## Wann kommt es zu einem erhöhten Vitamin-B-Bedarf?

Bestimmte Lebensphasen wie z. B. Schwangerschaft, Stillzeit, höheres Lebensalter, Stress, intensive körperliche Betätigung oder streng vegetarische/vegane Ernährung erhöhen den täglichen Bedarf an B-Vitaminen. Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, Diabetes Mellitus sowie Infektionen haben ebenfalls einen negativen Effekt auf den Vitamin-B-Haushalt. Dies gilt auch für die Einnahme von Diuretika, Antiepileptika oder orale Kontrazeptiva.

### Typische Symptome für einen Vitamin-B-Mangel sind:

- Antriebsschwäche
- Nervosität und Stress
- Belastetes Herz-Kreislauf-System
- Konzentrationsbelastung
- Reizbarkeit

Unser Versprechen:  
PUR | Hochwertig | Vegan



## Zutaten:

Füllstoff Mikrokristalline Cellulose, Kapselhülle Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzlich), Thiaminhydrochlorid (Vitamin B1), Cholin Bitartrat, Myo-Inositol, Niacin (Vitamin B3), Calciumpantothenat (Vitamin B5), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Methylcobalamin 1 % auf Mannit (Vitamin B12), Riboflavin (Vitamin B2), Calcium-L-Methylfolat (Folsäure), Biotin (Vitamin B7)

## Empfohlene tägliche Verzehrsmenge:

1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Es ist ebenfalls möglich, die Kapseln zu öffnen und in ein Getränk einzurühren.

Zusammensetzung	pro Tagesdosis (1 Kapsel)	NRV (%)*
Thiaminhydrochlorid (Vitamin B1)	50,0 mg	4.545,5
Riboflavin (Vitamin B2)	20,0 mg	1.428,5
Niacin (Vitamin B3)	30,0 mg	187,5
Calciumpantothenat (Vitamin B5)	25,0 mg	416,7
Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6)	20,0 mg	1.428,5
Biotin (Vitamin B7)	140,0 µg	280,0
Folsäure (Vitamin B9)	400,0 µg	200,0
Methylcobalamin 1 % auf Mannit (Vitamin B12)	200,0 µg	8.000,0
Cholin Bitartrat	25,1 mg	-
Myo-Inositol	50,0 mg	-

\*NRV (%) = Nutrient Reference Value: Referenzmengen für den durchschnittlichen Erwachsenen nach VO (EU) 1169/2011

## Hinweis:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25 °C.



Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.pflueger.de/pur-vitaminb-komplex](http://www.pflueger.de/pur-vitaminb-komplex)