

## Produktinformation



### VITAMIN B12

1000 µg GPH Kapseln  
aus Vitamin B12 (Methylcobalamin)

Hinweise:  
Glutenfrei. Lactosefrei. Hefefrei.

Verzehrempfehlung:  
Erwachsene: 1 x 1 Kapsel täglich

1 Kapsel enthält 1000 µg Vitamin B12 entsprechend 40.000 % NRV\*.

V-0001

#### Produktbeschreibung:

Ein geringer Mangel an Vitamin B12 führt bereits zu Symptomen wie Gedächtnisstörungen, Müdigkeit, Muskelschwäche und geringere Leistungsfähigkeit. Vitamin B12 stellt demnach eine sinnvolle Ergänzung zur täglichen Ernährung dar.

Dieses Vitamin übt folgende Funktionen aus:

#### Aminosäuren:

Methylcobalamin spielt zusammen mit Vitamin B6 und Folsäure eine wichtige Rolle beim Homocystein-Stoffwechsel. Homocystein hat im Körper keine direkte physiologische Funktion. Hohe Homocysteinwerte werden aber im Zusammenhang mit einem erhöhten Risiko für Zivilisationskrankheiten, wie z.B. Herzinfarkt, genannt. Die Ursache für erhöhte Werte ist unter anderem der Mangel an Vitamin B12, B6 und Folsäure.

#### Blutbildung:

Vitamin B12 ist zusammen mit Eisen an der Bildung der roten Blutkörperchen beteiligt. Bei einem Mangel kommt es zu einer Minderversorgung mit Sauerstoff im Körper.

#### Nervensystem und Gedächtnis:

Vitamin B12 wird für die Synthese von Myelin benötigt, der Bausubstanz der Nervenscheiden, daher trägt Vitamin B12 zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Die Ergänzung von Vitamin B12 zur täglichen Ernährung verbessert insbesondere bei älteren Menschen die Konzentration und das Gedächtnis.

Vitamin B12 ist hauptsächlich in tierischen Lebensmitteln enthalten und daher ist eine tägliche Zufuhr von Methylcobalamin sinnvoll. Bei älteren Personen ist die Resorption oft eingeschränkt und durch die Einnahme



bestimmter Medikamente kann die Gefahr eines Vitamin B12-Mangels erhöht werden. In diesen Fällen hat sich eine Nahrungsergänzung mit Vitamin B12 bewährt.

**Rohstoffbeschreibung:**

Methylcobalamin wird in China produziert und synthetisch ohne gentechnische Veränderung hergestellt.

**Inhaltsstoffe:**

Füllstoff: Mannit (Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken); Kapselhülle: Cellulose; Farbstoff in der Kapselhülle: Titandioxid; Trennmittel: Magnesiumsalze von Speisefettsäuren; Methylcobalamin (0,36 %)

**Referenzen:**

Health Claims Verordnung; VO (EU) Nr. 432/2012 der Kommission

Berthold Koletzko, Franziska Feldl: Ausgewogene Substratversorgung durch Fleischverzehr. In: Dtsch Arztebl. 95(11), 1998, S. A-606 / B-494 / C-466.

Bolaman Z, Kadikoylu G, Yukselen V. Oral versus intramuscular cobalamin treatment in megaloblastic anemia: a single-center, prospective, randomized, open-label study. Clin Ther. 2003 Dec;25(12):3124-34.

Gilfix BM. Vitamin B12 and homocysteine. CMAJ. 2005;173(11):1360.

Bryan J1, Calvaresi E, Hughes D. Short-term folate, vitamin B-12 or vitamin B-6 supplementation slightly affects memory performance but not mood in women of various ages. J Nutr. 2002 Jun;132(6):1345-56.

Vitamin B12 1000 µg GPH Kapseln sind in folgenden Größen erhältlich:

EAN	Inhalt	Netto-Gewicht e
90 08124 07004 7	30 Kps.	8 g
90 08124 07005 4	60 Kps.	16 g
90 08124 07006 1	90 Kps.	24 g
90 08124 07007 8	120 Kps.	33 g
90 08124 07008 5	180 Kps.	49 g
90 08124 07009 2	360 Kps.	99 g
90 08124 07010 8	750 Kps.	207g
90 08124 07011 5	1750 Kps.	484g

Diese Information ist ausschließlich für Fachpersonal bestimmt!

Vertrieb Österreich:  
Gall-Pharma GmbH  
A-8750 Judenburg

Telefon: +43 3572 869 96  
Email: gallpharma@gall.co.at  
[www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland:  
HECHT Pharma GmbH  
D-27432 Bremervörde

Telefon: +49 4761 92 56 -0  
Email: info@hecht-pharma.de  
[www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)

