

# Produktinformation



## VITAMIN B KOMPLEX + FOLSÄURE

### GPH Kapseln

Hinweise:  
Glutenfrei. Lactosefrei.

Verzehrempfehlung:  
Erwachsene: 1 x täglich 1 Kapsel mit Flüssigkeit einnehmen.

1 Kapsel enthält 11 mg Vitamin B1 (1000 % NRV\*), 14 mg Vitamin B6 (1000 % NRV\*), 25 µg Vitamin B12 (1000 % NRV\*) und 1 mg Folsäure (500 % NRV\*)

\*NRV = Prozent der empfohlenen Tagesdosis

V-0004

#### Produktbeschreibung:

Die Vitamine des B-Komplexes ergänzen einander in ihrer Funktion indem sie zu einem normalen Energiestoffwechsel im Körper beitragen. Außerdem tragen B-Vitamine zur normalen Funktion des Nervensystems und somit auch zu einer normalen psychischen Funktion bei. Diesen Vitaminen wird außerdem eine Vielzahl an weiteren positiven Eigenschaften zugesprochen. Da diese wasserlöslichen Vitamine im Körper weder ausreichend produziert noch nennenswert gespeichert werden können, ist eine ständige Zufuhr durch die Nahrung notwendig.

Die Folsäure (Vitamin B9) gehört zur Gruppe der wasserlöslichen Vitamine des B-Komplexes. Folsäure ist im Stoffwechsel an vielen Reaktionen beteiligt, vor allem aber an Vorgängen der Zellteilung, Zellneubildung, sowie am Eiweißstoffwechsel. Daraus wird die Bedeutung an Entwicklungs- und Wachstumsvorgängen ersichtlich. Wer zu wenig Folsäure aufnimmt kann an Schleimhautveränderungen oder unter Müdigkeit leiden. Während der Schwangerschaft kann ein Folsäuremangel zu schweren Störungen in der Entwicklung des Embryos führen. Eine weitere Schutzwirkung der Folsäure ergibt sich aus der Beteiligung am Abbau des Risikofaktors Homocystein. So wird schädlichen Ablagerungen von Homocystein in den Blutgefäßen vorgebeugt.

Diese Vitamine üben folgende Funktionen aus:

#### Vitamin B1 (Thiamin) trägt:

- zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- zur normalen psychischen Funktion bei
- zu einer normalen Herzfunktion bei

#### Rohstoffbeschreibung:

Vertrieb Österreich: Telefon: +43 3572 869 96  
Gall-Pharma GmbH Email: gallpharma@gall.co.at  
A-8750 Judenburg [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland: Telefon: +49 4773 88 00 0  
HECHT Pharma GmbH Email: info@hecht-pharma.de  
D-21769 Hollnseth [www.hechtpharma.de](http://www.hechtpharma.de)



Vitamin B6 (Pyridoxin) trägt:

- zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- zu einem normalen Homocystein Stoffwechsel bei
- zu einem normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel bei
- zur normalen psychischen Funktion bei
- zur normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- zur Regulierung der Hormontätigkeit bei

Vitamin B12 (Cobalamin) trägt:

- zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- zu einem normalen Homocystein Stoffwechsel bei
- zur normalen psychischen Funktion bei
- zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen
- zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- und hat eine Funktion bei der Zellteilung

Folsäure (Vitamin B9) trägt:

- zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei
- zu einer normalen Aminosäuresynthese bei
- zu einer normalen Blutbildung bei
- zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- zur normalen psychischen Funktion bei
- zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- und hat eine Funktion bei der Zellteilung

Die B-Vitamine ergänzen einander in ihrer Funktion indem sie die zelluläre Enzymaktivität anregen. Da diese wasserlöslichen Vitamine im Körper weder ausreichend produziert noch nennenswert gespeichert werden können, ist eine ständige Zufuhr durch die Nahrung notwendig. Zusätzlich bietet sich eine Supplementierung der Nahrung durch B-Vitaminpräparaten an.

Ein Folsäuremangel ist weltweit verbreitet und kann in Folge unzureichender und einseitiger Ernährung vorkommen. Schlankheitsdiäten und ständiges Diäthalten können zu einem Folsäuremangel beitragen. Eine sichere Folsäureversorgung basiert auf einer vollwertigen Ernährung mit frischem Gemüse, Vollkornprodukten, Fleisch, Fisch und Käse. Des Weiteren bietet sich eine Ergänzung der Nahrung durch Folsäurepräparate an.



Vitamin B Komplex + Folsäure GPH Kapseln sind ein Qualitätsprodukt mit hochwertigen Rohstoffen. Die in den Hartgelatine kapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE geprüfte Pharmagelatine.

**Inhaltsstoffe:**

Füllstoff: Mannit (Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken!); Kapselhülle: Gelatine; Farbstoff in der Kapselhülle: Titandioxid; Pyridoxin HCl (6 %), Thiamin HCl (5 %); Trennmittel: Magnesiumsalze von Speisefettsäuren; Folsäure (0,3 %), Methylcobalamin (<0,1 %)

**Referenzen:**

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

Lothar Burgerstein. (2007). Handbuch Nährstoffe: Vorbeugen und heilen durch ausgewogene Ernährung. Karl F. Haug Fachbuchverlag

Vitamin B Komplex + Folsäure GPH Kapseln sind in folgenden Größen erhältlich:

EAN	Inhalt	Netto-Gewicht e
90 08124 00356 4	30 Kps.	8 g
90 08124 00056 3	60 Kps.	16 g
90 08124 05174 9	90 Kps.	24 g
90 08124 05175 6	120 Kps.	32 g
90 08124 05176 3	180 Kps.	49 g
90 08124 05177 0	360 Kps.	98 g
90 08124 05178 7	750 Kps.	205 g
90 08124 05179 4	1.750 Kps.	479 g

Diese Information ist ausschließlich für Fachpersonal bestimmt!

Vertrieb Österreich: Telefon: +43 3572 869 96  
Gall-Pharma GmbH Email: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at)  
A-8750 Judenburg [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland: Telefon: +49 4773 88 00 0  
HECHT Pharma GmbH Email: [info@hecht-pharma.de](mailto:info@hecht-pharma.de)  
D-21769 Hollnseth [www.hechtpharma.de](http://www.hechtpharma.de)

