

Nährstoffangaben

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (5 Tropfen)	NRV*
Vitamin B12	500 µg	20.000 %

*Nutrient Reference Value (Nährstoffbezugswert)

Verzehrempfehlung

5 Tropfen täglich direkt auf die Zunge geben und schlucken.

Zutaten

Entmineralisiertes Wasser, Methylcobalamin

Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Trocken, nicht über 25° C und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Artikelnummer: PZN 1132990
 Nettovollmenge: 50 ml
 Hersteller: Arktis BioPharma GmbH & Co. KG
 58739 Wickede (Ruhr)
 Vertrieb: sanitas - biologische Nahrungsergänzungs-
 und Heilmittel GmbH & Co. KG
 32839 Steinheim


Stand: Juni 2022

VITA B12



- Ideal bei veganer Ernährungsweise
- Stärkung der Energiereserven
- Sicherheit in Apothekenqualität
- Funktioniert und wissenschaftlich fundiert
- Bioaktives Methylcobalamin
- Hochdosiert: 500 µg / Tagesdosis
- In der praktischen Pipetten-Braunglasflasche





Vitamin B12 wird täglich für viele Prozesse und Körperfunktionen benötigt. Die DGE, also die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, empfiehlt eine tägliche Aufnahme von 4µg dieses wichtigen Vitamins. Allerdings gibt es viele Gründe für einen erhöhten Bedarf, z.B. Schwangerschaft oder Stillzeit. Aber auch im höheren Alter oder durch bestimmte Krankheiten kann es zu einer Unterversorgung kommen. In tierischen Lebensmitteln (z.B. Innereien, Fleisch, Eiern, Fisch, Milchprodukten) ist Vitamin B12 in der Regel in ausreichenden Mengen vorhanden.

Wer allerdings eine vegane oder vegetarische Ernährungsweise bevorzugt, hat es schon deutlich schwerer, denn Vitamin B12 ist nur in wenigen pflanzlichen Lebensmitteln wie Knollen- und Wurzelgemüse oder Sauerkraut enthalten. Diese Mengen reichen aber meist nicht für eine bedarfsdeckende Versorgung aus. Lebensmittel tierischen Ursprungs sind also die Hauptquelle für Vitamin B12.

Vitamin B12 ist daher für Menschen mit veganer oder vegetarischer Ernährungsweise hervorragend geeignet, um eine tägliche Zufuhr und ausreichende Versorgung mit diesem Vitamin gewährleisten zu können, ohne auf Lebensmittel tierischen Ursprungs zurückgreifen zu müssen. Die EFSA, also die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit, hat eine Reihe von Wirkungen für bestimmte Vitamine und Spurenelemente als wissenschaftlich gesichert eingestuft. Die von der EFSA geprüften und als wissenschaftlich erwiesenen Wirkungen werden auch als gesundheitsbezogene Angaben, sogenannte „Health Claims“, bezeichnet. Die zugelassenen Health Claims für das in Vitamin B12 enthaltene Vitamin B12 lauten:

Cobalamin (Vitamin B12)

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