

zu einer regulären psychischen Funktion bei und das Vitamin B₅ unterstützt die normale geistige Leistungsfähigkeit. Vitamin B₆ hilft dem Körper gezielt, die beiden Neurotransmitter Serotonin und Dopamin zu produzieren, die es den Neuronen ermöglichen, miteinander zu kommunizieren. B-Vitamine tragen auch zur Synthese eines Neurotransmitters namens Acetylcholin bei. Dieser spezielle Neurotransmitter ist sowohl im peripheren Nervensystem als auch im zentralen Nervensystem aktiv. Darüber hinaus ist er der einzige Neurotransmitter im somatischen Nervensystem, der unter anderem sensorische Informationen an das Gehirn sendet. So helfen uns die B-Vitamine in gewisser Weise, unser geistiges Wohlbefinden zu bewahren.

✓ Für ihre äußere Schönheit

Wussten Sie, dass sogar Ihr Aussehen von B-Vitaminen beeinflusst wird? Biotin (Vitamin B₇) beispielsweise unterstützt die Pflege Ihrer Haare, indem es zur Produktion von Keratin im Körper beiträgt, einem Protein, das ein wichtiger Bestandteil unserer Haut und unserer Haare ist. Keratin ist für die Stärke und Elastizität zuständig. Aus diesem Grund wird es oft als „Schönheitsvitamin“ bezeichnet. Biotin, Vitamin B₂ und Vitamin B₃ sind ebenfalls an der Pflege unserer Haut beteiligt. Insbesondere Vitamin B₇ unterstützt spezielle Enzyme, die unter anderem Fettsäuren in Hautzellen produzieren. Dies



ist wichtig, um unsere Haut geschmeidig zu halten. Vitamin B₂ trägt auch zu einer normalen Sehkraft bei. Dieses Vitamin unterstützt ein spezielles Enzym (Glutathionreduktase), das hilft, unsere Augenlinsen klar zu halten. Klare Augenlinsen helfen uns nicht nur besser zu sehen, sie sind auch von kosmetischer Bedeutung.



BioActive B-Komplex 60 Tabletten
DE-PZN 13881611
In Österreich erhältlich:
AT-PZN 4845680

Der Körper muss sich selbst schützen können. Unsere Immunabwehr schützt uns gegen Bakterien, Viren und Infektionen. Außerdem kann der Körper seine Zellen vor dem so genannten oxidativen Stress schützen, wenn freie Radikale die Zellmembranen angreifen. Die Vitamine B₆, B₉ und B₁₂ helfen dabei, eine normale Immunabwehr aufrechtzuerhalten. Genau genommen steigt und sinkt die Zahl der weißen Blutkörperchen (Lymphozyten) und Interleukine in Korrelation mit dem Blutspiegel von Vitamin B₆. Vitamin B₂ kann als Antioxidans wirken und schützt vor oxidativem Stress.

Qualitätsprodukte von
Pharma Nord

...die mit dem goldenen Mörser
Kostenlose Hotline: 0800-1122525, www.pharmanord.de

Der starke Vitamin-B-Komplex
von Pharma Nord:

Für Ihr psychisches Wohlbefinden, Nervensystem und mehr Energie



Wussten Sie, dass Vitamin B eine entscheidende Rolle dabei spielt, dass Ihr Energiehaushalt und Ihr Nervensystem funktionieren?

Zusätzlich trägt es zur Unterstützung psychischer Funktionen bei. Vitamin B unterstützt Ihren Körper essenziell bei zahlreichen Prozessen, erhält psychische Funktionen, unterstützt Ihr Nervensystem und mindert das Gefühl von Müdigkeit und Erschöpfung.

Der Vitamin-B-Komplex

Es gibt acht unterschiedliche B-Vitamine. Diese werden in der Forschung als Vitamin-B-Komplex bezeichnet, da jedes Einzelne notwendig ist, um die unzähligen Prozesse zu unterstützen, die ohne ein einziges dieser B-Vitamine nicht funktionieren.

Warum Vitamin B so wichtig ist

✓ Bewahren Sie sich Ihre Energie

Für alles, was Sie tun, müssen Sie Energie aufwenden. Jede einzelne Körperfunktion wird durch Energie gesteuert, die in Ihren Zellen erzeugt wird. Vitamin B spielt dabei eine entscheidende Rolle. Die verschiedenen B-Vitamine (außer Vitamin B₉) unterstützen einen normalen Energieumsatz.



Alle Vitamine in einer Tablette

Der BioActive B-Komplex ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das Sie durch seine genaue Dosierung mit allen B-Vitaminen versorgt und eine ausreichende Zufuhr jedes Vitamins gewährleistet.

Der Bio-B-Komplex enthält die folgenden B-Vitamine: (Empfohlene Tagesdosis in %)

Vitamin B ₁ (Thiamin)	636%
Vitamin B ₂ (Riboflavin)	571%
Vitamin B ₃ (Niacin)	313%
Vitamin B ₅ (Pantothensäure)	417%
Vitamin B ₆ (Pyridoxin)	714%
Vitamin B ₇ /B ₈ (Biotin)	600%
Vitamin B ₉ (Folsäure)	200%
Vitamin B ₁₂ (Cobalamin)	200%

Unser Körper braucht jeden Tag Vitamin B

Alle B-Vitamine sind wasserlöslich, was bedeutet, dass der Körper überschüssige Mengen an Vitamin B ausscheidet, anstatt es im Fettgewebe zu speichern. Darüber hinaus ist der Körper in der Lage, zwei der acht B-Vitamine zu synthetisieren. Da die Vitamine im Körper nicht gespeichert werden, müssen Sie täglich alle acht B-Vitamine zu sich nehmen, entweder durch Lebensmittel oder in Form von Nahrungsergänzungsmitteln wie dem BioActive B-Komplex.

Wenn Sie Vegetarier oder Veganer sind, beachten Sie bitte, dass Vitamin B₁₂ fast ausschließlich in tierischen Lebensmitteln gefunden wird - nicht in pflanzlichen. In diesem Fall ist daher die Einnahme eines Nahrungsergänzungsmittels zu erwägen.

Vitamin B₁ beispielsweise hilft dabei, ATP (Adenosin-triphosphat) zu produzieren, das als Energie in molekularer Form in den Zellen gespeichert wird. Vitamin B₂ trägt zur Erhaltung roter Blutkörperchen bei, die für die Sauerstoffzufuhr in unseren Zellen und somit für den Energieumsatz zuständig sind. Nicht zu vergessen ist der Herzmuskel, der große Mengen an Energie benötigt, um effektiv pumpen zu können. Die meisten B-Vitamine sind direkt oder indirekt am Energieumsatz beteiligt. Vitamin B₂, B₃, B₅, B₆ und B₁₂ helfen dabei, das Gefühl von Müdigkeit und Erschöpfung zu mindern.

✓ Behalten Sie die Nerven

Unser Nervensystem besteht aus einem zentralen und einem peripheren Nervensystem. Das zentrale Nervensystem steuert unsere Gehirnfunktionen, daher ist es wichtig, dass dieses System genau so funktioniert, wie es soll. Das Gehirn enthält rund 20 Milliarden Neuronen (Nervenzellen), die alle durch sogenannte Myelinscheiden geschützt sind, welche mit Hilfe von B-Vitaminen hergestellt werden. Fünf der acht B-Vitamine des B-Komplexes unterstützen die normale Funktion des Nervensystems und helfen Ihnen, Ihre Nerven zu regulieren. Die Vitamine, die an dieser Funktion beteiligt sind, sind die Vitamine B₁, B₂, B₆, B₇ und B₁₂.

✓ Für geistiges Wohlbefinden

Der Mensch verfügt über ein breites Spektrum an psychologischen Funktionen, die für die Willensstärke, Gefühle und Gedanken, aber auch für die Vorstellungskraft und logisches Denken wichtig sind. Einige der B-Vitamine spielen auch hierbei eine Rolle. Die Vitamine B₆, B₇, B₉ und B₁₂ tragen

