

Methyl B-12 1000 µg



Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin B₁₂ und Süßungsmittel

Der Unterstützer der Nervenfunktion und des Immunsystems von den Jarrows.

Jarrow Methyl B-12 ist in versiegelten Dosen mit 100 Lutschtabletten und der Stärke von 1000 µg mit Zitronengeschmack erhältlich.

Vitamin B₁₂ ist ein wasserlösliches Vitamin der B-Gruppe und kann vom Körper über den Intrinsic Factor (IF) im Magen oder über die Mundschleimhaut aufgenommen werden. Der IF ist ein in der Magenschleimhaut gebildetes Glykoprotein, dessen Bildung durch verschiedene Umstände (wie Medikamente oder Alter) gestört sein kann. Die B₁₂-Form Methylcobalamin ist eines der Cobalamine, das vom Körper besser genutzt werden kann als andere Formen und daher auch in unserem Produkt enthalten. Im Gegensatz zu z.B. Cyanocobalamin muss Methylcobalamin nicht erst zu einer biologisch aktiven Form in der Leber umgewandelt werden. Die höhere Bioaktivität begünstigt die dreifach längere Verweildauer von Methylcobalamin im Körper.

Laut der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) besitzt Vitamin B₁₂ verschiedene wissenschaftlich erwiesene Wirkungen. Vitamin B₁₂:

- trägt zur **Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung** bei
- trägt zu einer normalen Funktion des **Immunsystems** bei
- trägt zu einer normalen Funktion des **Nervensystems** bei

Verzehrempfehlung	Die empfohlene Verzehrsmenge beträgt 1 Tablette alle 2 Tage und darf nicht überschritten werden. Dies entspricht einer täglichen Verzehrsmenge von 500 µg Vitamin B ₁₂ . Sie können die Tablette lutschen oder auch kauen. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.		
Von Jarrow Methyl B-12 werden vom Körper etwa 0,5 bis 1,0% tatsächlich aufgenommen. Das bedeutet effektiv von 1000 µg 5 bis 10 µg. Somit liegt die reale Tageszufuhr bei einer Dosierung von 1000 µg alle 2 Tage im Bereich des 1- bis 2-fachen der von der Nährwertkennzeichnungsverordnung (NKV) empfohlenen Menge.			
Hinweis	Die Rosafarbe der Lutschtabletten unterliegt natürlichen Schwankungen. Vitamin B ₁₂ besitzt von Natur aus eine rote Färbung, welche auch für die rosa Farbe der Tabletten verantwortlich ist. Dadurch bekommen Supplemente mit einer höheren Dosierung, unabhängig von ihrer Geschmacksrichtung, eine immer rötlichere Farbe. Das in den Tabletten enthaltene Zitronenaroma ist farblos und kann daher die Tabletten auch nicht gelb färben.		
Lagerbedingungen	Bei Raumtemperatur und trocken lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.		
Inhaltsstoffe	Süßungsmittel Xylit, Füllstoff Cellulose, Trennmittel Speisefettsäuren (pflanzlich), natürliches Zitronenaroma, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (pflanzlich), Säuerungsmittel Zitronensäure, Trennmittel Siliciumdioxid, Methylcobalamin. Frei von Weizen, Soja, Milch, Ei, Fisch/Schalentieren, Erdnüssen/Baumnüssen.		
Nährwerte pro Tagesdosis (1 Tab/2 Tage)	Vitamin B ₁₂ (als Methylcobalamin)	500 µg	20.000 %NRV*

*Nährstoffbezugswert gemäß Lebensmittelinformationsverordnung



Artikelnummer: 7329122 | PZN: 09631920 | Füllmenge: 60 g

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.