

B-COMPLEX FORMULA

Συμπλήρωμα Διατροφής

ΦΟΡΜΟΥΛΑ
συμπλέγματος
βιταμινών Β

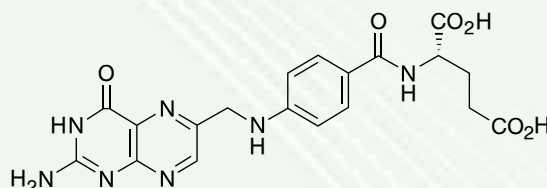
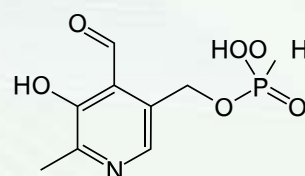
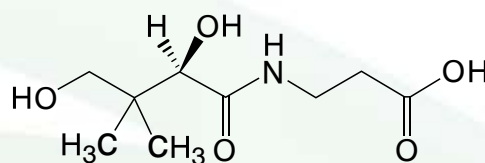
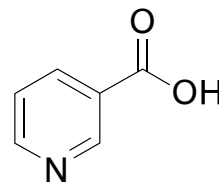
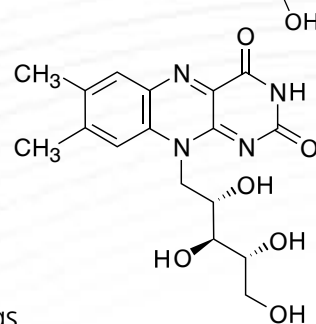
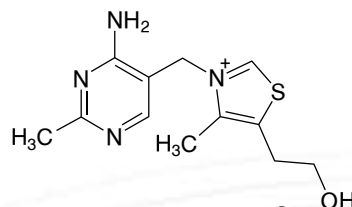
120 δισκία



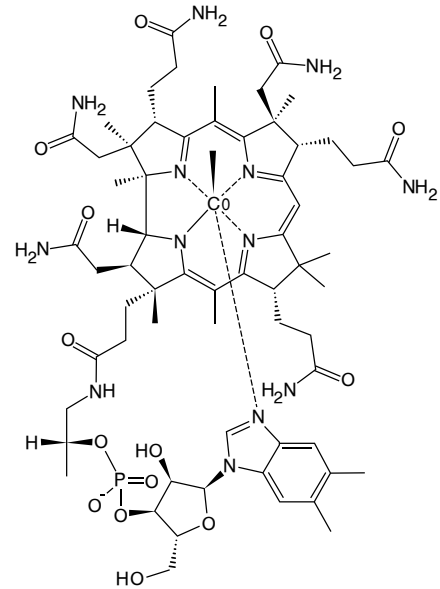
Ο κυτταρικός μεταβολισμός εξαρτάται από το **σμπλέγμα των βιταμινών Β**. Κάθε μέλος του συμπλέγματος Β, έχει είτε συνενζυμική δράση για σημαντικές μεταβολικές διεργασίες ή αποτελεί μία πρόδρομη μορφή που χρειάζεται για να φτιαχτεί κάποιο συνένζυμο.

ΟΙ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ Β

- Η Β1 (θειαμίνη)** είναι το απαραίτητο συνένζυμο για τον μεταβολισμό των υδατανθράκων αλλή και για την παραγωγή της ακετυλοχολίνης.
- Η Β2 (ριβοφλαβίνη)**, είναι πρόδρομη μορφή για την δημιουργία συνενζύμων αφού πρώτα μετατραπεί στην βιοενεργή της μορφή (5-φωσφορική ριβοφλαβίνη) για να χρησιμοποιηθεί από το σώμα. Η Βιταμίνη Β2 με τη μορφή της 5-φωσφορικής ριβοφλαβίνης χρησιμεύει ως συστατικό προσθετικών ομάδων (FAD και FMN) των φλαβοπρωτεϊνών που παίρνουν μέρος σε αντιδράσεις οξείδωσης - αναγωγής σε πολυάριθμες μεταβολικές οδούς, καθώς και σε παραγωγή ενέργειας μέσω της αναπνευστική αλυσίδας.
- Η Β3 (νιασίνη)**, είναι πρόδρομη μορφή για την δημιουργία συνενζύμων και διαδραματίζει σημαντικό ρόλο σε αντιδράσεις μεταφοράς ενέργειας για τον μεταβολισμό σακχάρων, λιπών και του αλκοόλ.
- Η Β5 (παντοθενικό οξύ)** είναι πρόδρομη μορφή για την παραγωγή του συνενζύμου Α που χρειάζεται για τον μεταβολισμό πολλών μορίων π.χ αμινοξέων, λιπαρών οξέων, φωσφολιπιδίων κ.λ.π
- Η Β6 (πυριδοξίνη)** στη μορφή της 5 φωσφορικής πυριδοξίνης είναι σημαντικό συνένζυμο για την αποκαρβοξυλίωση (απαμίνωση αμινοξέων, π.χ της 5-υδροξυ-τρυπτοφάνης σε σεροτονίνη, συνένζυμο στις αντιδράσεις τρανσαμίνωσης (ο οργανισμός προμηθεύεται τα μη απαραίτητα αμινοξέα).
- Η Β9 (φολικό οξύ)** αλληλεπιδρά με την Β12 για την σύνθεση του DNA που είναι απαραίτητο συστατικό για όλα τα κύτταρα του σώματος.



- **Η Β12 (μεθυλοκοβαλαμίνη)** που είναι η ενεργή μορφή της, είναι το απαραίτητο συνένζυμο για την επεξεργασία υδατανθράκων, πρωτεϊνών και λιπών και συμμετέχει στην ερυθροποίηση. Ακόμη χρειάζεται για την συντήρηση των θηκών των νεύρων.
- **Η Β8 (ινοσιτόλη)** είναι σημαντικό ενδιάμεσο στοιχείο κλειδί, των δευτέρων αγγελιαφόρων, αλλά και κυρίαρχο συστατικό των φωσφολιπιδίων των κυτταρικών μεμβρανών που εμπλέκεται σε πολλές βιολογικές διαδικασίες.



Όλα τα σπείλεχ της ομάδας των βιταμινών **B** αλληλοσυνεργάζονται και ένα βασικό χαρακτηριστικό στη φόρμουλα **B-Complex** της **Doctors formulas** είναι ότι περιέχει όλες τις βιταμίνες της σειράς **B**. Συμβάλλουν στη φυσιολογική λειτουργία των μεταβολικών διεργασιών που αποσκοπούν στην παραγωγή ενέργειας, την προστασία των κυττάρων από το οξειδωτικό στρες και τη μείωση της κούρασης και της κόπωσης.

ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΕ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ	ανά ημερήσια δόση (1 κάψουλα)	Σ.Η.Δ. %
Βιταμίνη Β1 (θειαμίνη)	100mg	9.090%
Βιταμίνη Β2 (5-φωσφορική ριβοφλαβίνη)	70mg	5.000%
Βιταμίνη Β3 (νιασίνη)	100mg	625%
Βιταμίνη Β5 (παντοθενικό οξύ)	72mg	1.200%
Βιταμίνη Β6 (5-φωσφορική πυριδοξίνη)	100mg	7.142.8%
Βιταμίνη Β9 (φολικό οξύ)	400mg	200%
Βιταμίνη Β12 (μεθυλοκοβαλαμίνη)	100mg	4.000%
Ινοσιτόλη	100mg	
Παρα-αμινοβενζοϊκό οξύ (PABA)	50mg	

ΔΟΣΟΛΟΓΙΑ

- 2 δισκία ημερησίως

Βιβλιογραφία: 1. National Academy of Sciences. 2. Institute of Medicine. Food and Nutrition Board, ed. (1998). «Chapter 8 - Folate». 3. Dietary Reference Intakes for Thiamine, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folate, Vitamin B12, Pantothenic Acid, Biotin and Choline. Washington, D.C.: National Academy Press. Stipanuk, M.H. (2006). 4. Biochemical, physiological, molecular aspects of human nutrition (2nd ed.). St Louis: Saunders Elsevier p.667 University of Bristol (2002). 5. «Pantothenic Acid». Retrieved 16 September 2012. 6. Hum Psychopharmacol. 2011;26(7):470-6. 7. Eur J Clin Nutr. 2004;58(11):1518-24. 8. Ann Neurol. 2011;69(2):352-9. 9. Curr Concepts Nutr. 1983;12:1-12. 10. Ann N Y Acad Sci. 1980;355:80-97. 11. J Nutr. 1999 Apr;129(4):779-82. «Para-aminobenzoic acid». 12. Medline Plus Medical Encyclopedia. 13. Retrieved 24 January 2014.

Προειδοποιήσεις: 1. Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης. 2. Το Σ/Δ δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διαίτας. 3. Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά. 4. Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινου νόσου. 5. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας.

Αριθμός Γνωστοποίησης Ε.Ο.Φ.: 50991 / 23-06-2016 (Ο Αριθμός Γνωστοποίησης στον Ε.Ο.Φ. δεν επέχει θέση άδειας κυκλοφορίας από τον Ε.Ο.Φ.)