

## B-Complex Actief zonder B6 - 90 vcaps

VKR91299

Buy this product at <https://www.nutri4all.com/b-complex-actief-zonder-b6-100-vcaps>

Hoogwaardige energieformule

### Description

Voordelen van het B-complex voor je op een rijtje: - Geen B6 tegen stapeling - Quatrefolic®, de vierde generatie van folaat - Biologisch actieve vormen van alle nutriënten - Met methylendonoren trimethylglycine, choline en l-taurine - Hoge doseringen B-vitaminen - Geen vitamine B6 tegen stapeling

Voor het B-complex Actief hebben we de keuze gemaakt om een formule samen te stellen zonder vitamine B6. Een vitamine B6 stapeling wordt dan misschien niet veroorzaakt door supplementen met pyridoxaal-5-fostaat, de vorm die wij in al onze supplementen gebruiken. Desondanks blijft een vitamine B6 stapeling een veel voorkomend probleem binnen de hedendaagse therapeutische praktijk. De schreeuw om een actief B-complex zonder B6 werd daarom luider en luider, zeker omdat suppletie met B-vitaminen een B6 stapeling juist kunnen oplossen. Daarom, als pionier binnen het suppletieveld komen we als eerste met een actief B-complex zonder vitamine B6! Mocht je toch geïnteresseerd zijn in een B-complex met vitamine B6 in de veilige vorm P-5-P, dan adviseren we je de Multi Dag, Multi Dag Vrouw of de Multi Dag Mama. Dit zijn hoogwaardige multivitaminen voor de dag, waarin tevens een volwaardig B-complex is opgenomen. Quatrefolic® (5-MTHF) Quatrefolic®, ook wel de vierde generatie folaat genoemd, heeft een superieure biologische beschikbaarheid ten opzichte van synthetische vormen van foliumzuur. Een veelzijdig nutriënt dat onder andere goed is voor de concentratie, het geheugen, de leerprestatie en een normale werking van het immuunsysteem. We garanderen stabiliteit door de binding met glucosaminezout in plaats van de binding aan calciumzout (de derde generatie van folaat). Bovendien moeten reguliere foliumzuurvormen eerst worden omgezet in 5-MTHF voordat ze functioneel zijn voor het lichaam. Quatrefolic® is de reeds omgezette vorm 5-MTHF waardoor het lichaam geen verdere hulpnutriënten nodig heeft om het effect van foliumzuur te ervaren. De nummer één folaatvorm wereldwijd! Biologisch actieve vormen

Je bent van ons gewend dat we in onze producten uitsluitend biologisch beschikbare nutriënten opnemen. Het B-complex Actief zonder B6 is geen uitzondering op deze belofte. Een formule met de hoogst biologisch beschikbare, best opneembare en veiligste nutriënten op de hedendaagse markt. Op deze manier ondervindt je optimaal effect van het brede palet aan nutriënten in dit product. Bovendien garanderen we je dat de gebruikte vormen binnen dit product aan de meest recente veiligheidseisen voldoen. Gegarandeerde hoogwaardigheid in een capsule! Methylendonoren Methylering is in feite een overdracht van een methylgroep op eiwitten, aminozuren, enzymen en DNA. Dit biochemische proces voltrekt zich in elke cel van ons lichaam en is essentieel voor de vorming van energie. Verschillende b-vitaminen spelen een belangrijke rol in de methylering. Daarnaast bekleden zogenoemde methylendonoren een belangrijke functie binnen dit energievormende proces. De aan deze formule toegevoegde nutriënten choline, l-taurine en trimethylglycine vallen binnen de noemer methyl donor, en vormen zo een ondersteunende rol voor de werking van de andere B-vitaminen.

**B1 (Thiamine HCl)** Vitamine B1 in de goed opneembare vorm thiamine, kunnen we niet zelf aanmaken en daarom verkrijgen we deze wateroplosbare vitamine uitsluitend via voeding of suppletie. Thiamine in de vorm hydrochloride (HCl) betekent dat het nutriënt zuiver is. Binnen een energieformule mag dit nutriënt absoluut niet ontbreken, het is namelijk belangrijk voor het energiemetabolisme, goed voor het hart, geheugen en het zenuwstelsel (o.a. Depeint et al., 2006; Fattal-Valevski, 2011; Wu et al., 2005).

**B2 (Riboflavine-5-fosfaat)** De biologisch actieve vorm van riboflavine noemen we riboflavine-5-fosfaat. Deze vorm is meteen beschikbaar voor het lichaam en hoeft verder geen biochemische processen meer te doorlopen. Een natuurlijke energieleverancier die daarnaast goed is voor het gezichtsvermogen, slijmvlies en belangrijk voor de huid (o.a. Bacher et al., 2000; Petteys & Frank, 2011).

**B3 (Niacinamide)** Niacinamide is de flushvrije variant van vitamine B3, de vorm zonder bijwerkingen en direct beschikbaar voor het lichaam. Dit nutriënt activeert onder meer de energie in ons lichaam en is belangrijk voor de huid. Bovendien is de B-vitamine goed voor de leerprestatie, het concentratievermogen, de gemoedstoestand en het geheugen (o.a. Chi & Sauve, 2013; Carbajal, Nunez & Moreiras, 1996).

**B5 (Calcium panthotenaat)** Het goed opneembare panthotenaat is een essentiële B-vitamine in zijn meest natuurlijke vorm. Wederom belangrijk voor het energiemetabolisme, met bijkomstige voordelen voor de mentale prestaties (o.a. Depeint et al., 2006; Wu et al., 2005).

**B8 (Biotine)** Biotine kennen we voornamelijk van zijn ondersteunende rol voor de gezondheid van huid, haren en nagels. In deze formule is de belangrijke B-vitamine voornamelijk opgenomen voor zijn rol in de energiestofwisseling, leerprestatie, concentratievermogen, geheugen en voor de goede geestelijke balans (o.a. Claris & Sauve, 2013; Huskisson, Maggini & Ruf, 2007; Wu et al., 2005).

**B11 (Quatrefolic: 5-MTHF glucosaminezout)** De biologisch beschikbare variant van foliumzuur (zie voor meer informatie kader Quatrefolic).

**B12 (Methylcobalamine/Adenosylcobalamine)** Het B-complex Actief bevat twee biologisch beschikbare vormen van vitamine

B12. B12 in de vorm methylcobalamine heeft de ondersteunende eigenschap gestapeld folaat beschikbaar te maken voor het lichaam (Moll & Davis, 2017). Bij vermoeidheid raden we suppletie aan met B12 adenosylcobalamine. Deze biologisch beschikbare vorm van vitamine B12 heeft namelijk een rol binnen de vorming van ATP, de voornaamste energiebron van ons lichaam (Madhaiyan et al., 2013). De combinatie van methylcobalamine en adenosylcobalamine in de verhouding 50:50, is een weloverwogen cocktail dus! Choline, Inositol & PABA Werden vroeger beschouwd als B-vitaminen. Dat bleek een onjuiste aanname, desondanks zijn de nutriënten methyl donor waardoor ze een ondersteunende rol hebben bij onze energieaanmaak (zie voor meer informatie kader Methylering). Geoorloofde gezondheidsclaims - Vitamine B1 is o.a. goed voor: hart, zenuwstelsel, gemoedstoestand, leerprestatie, concentratievermogen, geheugen en de energiestofwisseling. - Vitamine B2 is o.a. belangrijk voor: zenuwstelsel, slijmvliezen, ijzerhuishouding, huid, gezichtsvermogen en het energieleverende metabolisme. - Vitamine B3 is o.a. goed voor: huid, gemoedstoestand, leerprestatie, concentratievermogen, geheugen, slijmvliezen, zenuwstelsel en het energiemetabolisme. - Vitamine B5 draagt o.a. bij aan: de vermindering van moeheid en vermoeidheid, de normale weerstand tegen stress, geestelijke inspanning/druk en het energieleverend metabolisme. - Vitamine B8 draagt o.a. bij aan: normale haargroei, een gezonde huid, een normale stofwisseling van koolhydraten, vet en eiwitten. - Folaat draagt o.a. bij aan: extra energie bij vermoeidheid/moeheid, hersen- en zenuwfuncties betrokken bij het leervermogen, het normale functioneren van het immuunsysteem, de aanmaak van cellen en weefsels, tot de vorming van rode en witte bloedcellen en de normale aminozuursynthese. - Vitamine B12 is o.a. goed voor: het celdelingsproces, vermoeidheid en moeheid, de energiestofwisseling, de vorming van rode bloedcellen en het zenuwstelsel. - Betaïne draagt bij tot een normaal metabolisme van homocysteïne.

#### Aanbevolen gebruik

Neem één capsule per dag. Tenzij anders geadviseerd.

#### Bewaarradvis

Droog en op kamertemperatuur (15-25°) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden.

#### Waarschuwing

n.v.t.

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

## Composition

#### Samenstelling per dagelijkse dosering (1 vega capsule):

	Hoeveelheid	RI*
Vitamine B1 (Thiamine HCl)	30 mg	2727%
Vitamine B2 (Riboflavine-5-fosfaat)	30 mg	2143%
Vitamine B3 (Niacinamide)	75 mg	468%
Vitamine B5 (Calcium panthotenaat)	75 mg	1250%
Vitamine B8 (Biotine)	200 µg	400%
Vitamine B12 (Adenosylcobalamine)	150 µg	6000%
Vitamine B12 (Methylcobalamine)	150 µg	6000%
Foliumzuur (Quatrefolic®: 5-MTHF glucosaminezout)	400 µg	200%
Choline (Bitartraat)	100 mg	**
Trimethylglycine (uit Betaïne)	20 mg	**
PABA (Para-aminobenzoic zuur)	50 mg	**
L-Taurine	90 mg	**
Inositol	50 mg	**

#### Ingredienten

Choline bitartraat, Hypromellose (Capsule), L-Taurine, Calcium panthotenaat (Vitamine B5), Niacinamide (Vitamine B3), Para-aminobenzoic zuur (PABA), Inositol, Rijstzetmeel, Riboflavine-5-fosfaat (Vitamine B2), Thiamine HCl (Vitamine B1), Trimethylglycine, Stearinezuur (Anti-klontermiddel), Quatrefolic® (5-MTHF glucosaminezout), Biotine (Vitamine B8), Methylcobalamine (Vitamine B12), Adenosylcobalamine (Vitamine B12)

\* RI = Referentie-inname

<b>Categorie:</b>	Vitamin B
<b>Characteristic:</b>	Vegan, Vegetarian
<b>Form:</b>	Vegetarian capsule
<b>Free from:</b>	Gluten, Lactose, Preservatives, Synthetic dyes, Synthetic flavors
<b>Raw Material:</b>	Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B3, Vitamin B5, Vitamin B8, Vitamin B12