

## Vitamine B12 - (2000 mcg) - 100 zuigtabl

VITV2498

Achetez ce produit sur <https://www.nutri4all.fr/vitamine-b12-2000-mcg-methyl-adenosylcobalamine-100-zuigtabl>

### METHYLCOBALAMINE/ADENOSYLCOBALAMINE, DE BIOLOGISCH ACTIEVE VORMEN

- hoge doseringen van biologisch actieve vormen
- optimale biologische beschikbaarheid
- smaakvolle zuigtabletjes voor opname via het mondslimvlies



## Description

### Meer informatie over Vitamine B12 2000 mcg

Vitamine B12 2000 mcg van Vitals bestaat uit zuigtabletjes met de biologisch actieve vormen methylcobalamine en adenosylcobalamine (ook wel dibenzozide genoemd). Dit zijn de vormen zoals vitamine B12 in de voeding voorkomt en door het lichaam gebruikt wordt. In veel andere vitamine B12-producten wordt gebruik gemaakt van cyanocobalamine, een synthetische vorm die zo niet in de natuur voorkomt. Het voordeel van een supplement met de biologisch actieve vormen is dat de vitamine B12 direct beschikbaar is voor het lichaam en niet omgezet hoeft te worden.

#### Functies van vitamine B12

Vitamine B12 is in de vorm van methylcobalamine nodig voor 5-methyltetrahydrofolaat (5-MTHF, de biologisch actieve vorm van folaat) om homocysteïne om te zetten in methionine (ook vitamine B6 is hierbij betrokken). Een te hoog homocysteïnegehalte is onwenselijk. Methionine wordt op zijn beurt vooral gebruikt voor de aanmaak van S-adenosylmethionine (SAMe), dat als methyl donor betrokken is bij de productie van onder meer DNA, RNA, fosfolipiden, eiwitten en neurotransmitters. Aldus is vitamine B12 eveneens betrokken bij het celdelingsproces en nodig voor de aanmaak van rode bloedcellen.

Door de gezamenlijke betrokkenheid met vitamine B6 en folaat bij DNA-synthese en eiwitsynthese heeft vitamine B12 invloed op de activatie van bepaalde afweercellen en daarmee het normaal functioneren van het immuunsysteem.

In de vorm van adenosylcobalamine (in de mitochondriën) is vitamine B12 betrokken bij de omzetting van methylmalonyl-CoA in succinyl-CoA, dat onder andere een rol speelt in de citroenzuurcyclus (een serie biochemische reacties die op cellulair niveau de energiestofwisseling verzorgen). Op die manier ondersteunt vitamine B12 het energieniveau. Vitamine B12 is eveneens mede nodig voor normale hersen- en zenuwfuncties, en daarmee goed voor het concentratievermogen, geheugen en de gemoedstoestand. Vitamine B12 kan helpen om vermoeidheid te verminderen.

Soms wordt vitamine B12 bij bepaalde mensen niet goed opgenomen. In dergelijke situaties kan aanvulling van de voeding met een hoog gedoseerd B12-supplement (1000-2000 mcg) uitkomst bieden.

#### Toegestane gezondheidsclaims:

- speelt een rol in het celdelingsproces
- is van belang voor de vorming van rode bloedcellen
- is belangrijk voor de energiestofwisseling
- draagt bij tot een normaal homocysteïnemetabolisme
- heeft een positieve invloed op de werking van het immuunsysteem
- draagt bij aan normaal psychologisch functioneren
- kan helpen vermoeidheid te verminderen
- draagt bij tot de normale werking van het zenuwstelsel

NB:

Vitals kan hier geen (volledige) informatie verstrekken over de/alle toepassingen van dit supplement. In overeenstemming met de wetgeving houdt Vitals die informatie gescheiden van de aanprijzing van haar producten.

## Composition

Samenstelling per zuigtablet (dagdosering):		%RI*
Vitamine B12	2000 mcg	80000%
Waarvan:		
methylcobalamine	1000 mcg	40000%
adenosylcobalamine (dibencozide)	1000 mcg	40000%

\* RI = Referentie-inname

### Ingrediënten:

Zoetstoffen: mannitol (uit plantaardige bron), xylitol (uit plantaardige bron), antiklontermiddel: magnesiumstearaat, smaakstof: kersenaroma, zuurteregelaar: citroenzuur, methylcobalamine, adenosylcobalamine.

### Bevat geen:

Gluten, lactose, soja, GMO, conserveringsmiddelen en synthetische geur- en kleurstoffen.

Geschikt voor vegetariërs en veganisten.

### Gebruik:

1 zuigtablet per dag onder de tong laten smelten of zoals geadviseerd. Met zoetstoffen. Overmatig gebruik kan een laxerend effect hebben.

### Let op:

Dit product bevat geen folaat zodat het gebruik van een multi met een ruime dosering folaat erin mogelijk blijft in combinatie met dit B12-product.

<b>Catégorie:</b>	Vitamine B
<b>Forme:</b>	Losange