

## Vitamine B12 1000 mcg 120 kauwtabletten

EAN: 8436583690758 FABRICANTE: NATURBITE



*Vitamine B12 is essentieel voor veganisten en vegetariërs. Het is een essentiële vitamine om bloedarmoede door ijzertekort te voorkomen, vermoeidheid of vermoeidheid te voorkomen, de afweer van ons lichaam te versterken en de spieren te regenereren.*

### DESCRIPCIÓN

#### Wat is vitamine B12 en waar dient het voor?

Vitamine B12 speelt een zeer belangrijke rol in de menselijke groei en draagt bij aan de normale ontwikkeling van het zenuwstelsel. Deze vitamine is wateroplosbaar. Zijn functie is het beschermen van zenuwcellen. Het is essentieel voor de vorming van bloed (rode bloedcellen, witte bloedcellen en bloedplaatjes). Het is essentieel omdat het zuurstof vanuit de longen naar de organen en weefsels transporteert.

#### Welke gevolgen heeft een vitamine B12-tekort?

Het gebrek aan B12 resulteert in pernicieuze anemie als gevolg van de remming van methioninesynthase, een enzym dat de vorming van methionine katalyseert, een aminozuur dat in een cyclisch proces wordt omgezet in S-adenosylmethionine, een verbinding die de vorming van methyltetrahydrofolaat remt.

#### Wat zijn de belangrijkste voordelen van vitamine B12?

**Voorkomt bloedarmoede.** Dit wordt bereikt dankzij de directe interventie in de vorming van erytropoëse (rode bloedcellen), evenals de synthese van hemoglobine in het bloed.

**Vermijd vermoeidheid.** Het speelt een fundamentele rol bij de omzetting van koolhydraten in glucose, die op zijn beurt energie produceert.

**Verbeterd de werking van het immuunsysteem.** De inname van B12 verhoogt de afweer van het lichaam tegen bacteriële micro-organismen en virulente middelen, allemaal dankzij het feit dat het de aanwezigheid van foliumzuur in het lichaam actief verhoogt.

**Regeneert spieren** . Het helpt positief bij de regeneratie van spieren, dankzij zijn werking bij de omzetting van vetzuren in energie, waardoor versleten of dood weefsel kan worden vervangen.

#### Wat is de aanbevolen dagelijkse dosis Vitamine B12 Naturbite?

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241121  
<https://bio-farma.es/kopen/ff/naturbite/vitamine-b12-1000-mcg-120-kauwtabletten>



## Vitamine B12 1000 mcg 120 kauwtabletten

EAN: 8436583690758 FABRICANTE: NATURBITE



U dient één tablet per dag in te nemen, bij voorkeur met voedsel.

### Zijn er contra-indicaties voor het gebruik van vitamine B12?

Het wordt niet aanbevolen om het samen met vitamine C in te nemen, omdat deze de opname ervan annuleert.

### Moet ik rekening houden met eventuele aanbevelingen bij het gebruik van vitamine B12?

Overmatige consumptie kan een laxerend effect hebben. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden.

### Hoeveel vitamine B12 levert één tablet?

Eén tablet levert 1000 µg

