

# Witaminy B COMPOSITUM

tabletki powlekane



## 7 substancji aktywnych w 1 tabletkie

### Składniki preparatu wpływają korzystnie na:

- **utrzymanie prawidłowego metabolizmu energetycznego** (niacyna, kwas pantotenowy, witamina B6, ryboflawina, tiamina, witamina B12)
- **prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego** (niacyna, ryboflawina, tiamina, witaminy B6 i B12)
- **utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych** (niacyna, tiamina, foliany, witaminy B6 i B12)
- **zachowanie zdrowej skóry** (niacyna, ryboflawina)
- **zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia** (niacyna, kwas pantotenowy, ryboflawina, foliany, witaminy B6 i B12)
- **utrzymanie sprawności umysłowej na prawidłowym poziomie** (kwas pantotenowy)
- **prawidłową produkcję czerwonych krwinek** (witaminy B6 i B12)
- **utrzymanie prawidłowego metabolizmu homocysteiny** (foliany, witaminy B6 i B12)
- **regulację aktywności hormonalnej** (witamina B6)

Zalecana do spożycia dzienna porcja preparatu: 1 tabletki dziennie, pijąc wodę.

**Składniki:** substancja wypełniająca: celuloza; amid kwasu nikotynowego (niacyna); otoczka [substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza; substancja przeciwzbrylająca: węgiel wapnia; substancja wypełniająca: polidekstroza; substancja przeciwzbrylająca: talk; trójglicerydy średniołańcuchowe; koncentrat soku z buraka; barwnik: tlenki i wodorotlenki żelaza (tlenek żelaza czerwony)]; D-pantotienian wapnia (kwas pantotenowy); substancja przeciwzbrylająca: sole magnezowe kwasów tłuszczowych; chlorowodorek pirydoksyny (wit. B6); ryboflawina (wit. B2); chlorowodorek tiaminy (wit. B1); cyjanokobalamina (wit. B12); kwas pteroinowy (kwas foliowy).

**Ostrzeżenie:** nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Nie stosować w przypadku uczulenia na któryś ze składników preparatu. Nie stosować w okresie ciąży i karmienia piersią. Ważne jest stosowanie zbilansowanej i różnicowanej diety oraz prowadzenie zdrowego trybu życia. Preparat nie może być stosowany jako substytut różnicowanej diety.



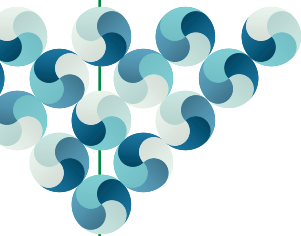
7 SUBSTANCJI  
AKTYWNYCH  
W 1 TABLETKIE



ODPOWIEDNIE  
DLA WEGAN



OPAKOWANIE  
NA 2 MIESIĄCE



## Czy wiesz, że...

Witaminy z grupy B są substancjami rozpuszczalnymi w wodzie, a ich głównym źródłem w diecie są produkty pochodzenia zwierzęcego. Występują również w mniejszych ilościach w produktach roślinnych. Źródłem kwasu pantotenowego są np. bataty i awokado. Roślinami zawierającymi witaminę B6 są np. ciecierzycza i ziemniaki. Ryboflawina (wit. B2) występuje m.in. w migdałach, brokułach, szpinaku i szparagach, jednak podczas ich gotowania dochodzi do znacznej redukcji zawartości tej witaminy. Tiamina (wit. B1) zawarta jest w drożdżach oraz nieprzetworzonych produktach zbożowych. Produktami bogatymi w kwas foliowy są przede wszystkim zielone warzywa, strączki czy ryż. Niacyna występuje np. w orzechach, zbożach, nasionach strączkowych.

Źródło:

Pałaszewicz W. i wsp., Witaminy i składniki mineralne, s. 31-59, Wyd. farm. 2021.

Składnik	1 tabletk
Niacyna	16 mg (100% RWS*)
Kwas pantotenowy	6 mg (100% RWS*)
Witamina B6	1,4 mg (100% RWS*)
Ryboflawina (witamina B2)	1,4 mg (100% RWS*)
Tiamina (witamina B1)	1,1 mg (100% RWS*)
Kwas foliowy (foliany)	200 µg (100% RWS*)
Witamina B12	2,5 µg (100% RWS*)

\* RWS – Referencyjna Wartość Spożycia

Numer partii, najlepiej spożyć przed końcem – na boku opakowania.

**Zawartość:** 60 tabletek powlekanych.

**Przechowywanie:** w temperaturze dodatniej poniżej 25°C, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed światłem i wilgocią.

**Producent:** Synoptis Pharma Sp. z o.o.  
ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa  
[www.synoptispharma.pl](http://www.synoptispharma.pl)

## Poznaj inne produkty marki Świat Zdrowia



Cynk organiczny z witaminą C



Selen organiczny