



# Lecithin +B-Vitamine

*lactose- &  
glutenfrei*

## Vitamin B<sub>1</sub> für die normale Funktion des Nervensystems Pantothensäure als Beitrag für die normale geistige Leistungsfähigkeit

Heutzutage stellen Beruf, Sport und der ganz normale Alltagsstress besondere Anforderungen an unseren Körper. Denkleistung, geistige Beweglichkeit, Lernfähigkeit, gutes Gedächtnis, starke Nerven sowie Ausdauer sind gefragt.

Für Gesundheit und Wohlbefinden ist unser Körper auf eine ausreichende Zufuhr an Nährstoffen angewiesen.

**Lecithin** ist ein Phospholipid und nimmt am Aufbau der Zellmembranen von Gehirn- und Nervenzellen teil.

Die wasserlöslichen **B-Vitamine** leisten einen Beitrag zu zahlreichen Vorgängen im Körper. Unser Körper kann diese Vitamine nicht lange speichern. Daher muss man sie ausreichend und regelmäßig über die Nahrung aufnehmen.

### Pantothensäure

- spielt für den normalen Energiestoffwechsel eine Rolle
- trägt zur normalen geistigen Leistungsfähigkeit bei
- leistet einen Beitrag zur Reduzierung von Müdigkeit und Erschöpfung

### Vitamin B<sub>1</sub>

- trägt zum normalen Energiestoffwechsel bei
- unterstützt die normale Funktion des Nervensystems
- spielt für die normale Herzfunktion eine Rolle

### Vitamin B<sub>2</sub>

- unterstützt den normalen Energiestoffwechsel
- trägt zur normalen Funktion des Nervensystems bei

### Niacin

- spielt für den normalen Energiestoffwechsel eine Rolle
- unterstützt den Erhalt gesunder Haut und Schleimhäute
- trägt zur normalen Funktion des Nervensystems bei

### Vitamin B<sub>6</sub>

- trägt zur normalen Bildung der roten Blutkörperchen bei
- spielt für die normale Funktion des Immunsystems eine Rolle
- leistet einen Beitrag zum normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel
- unterstützt die normale Funktion des Nervensystems

### Folsäure

- trägt zur normalen Blutbildung bei
- trägt zu einem normalen Homocysteinestoffwechsel bei
- leistet einen Beitrag zur normalen Funktion des Immunsystems
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

### Vitamin B<sub>12</sub>

- unterstützt den normalen Energiestoffwechsel
- leistet einen Beitrag zur normalen Bildung der roten Blutkörperchen, die für den Sauerstofftransport im Blut sorgen

- spielt für die normale Funktion des Immunsystems eine Rolle
- trägt zur Reduzierung von Müdigkeit und Erschöpfung bei

**Vitamin E** trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

### Eine Kapsel enthält:

500 mg Lecithin, 1,1 mg Vitamin B<sub>1</sub>, 1,4 mg Vitamin B<sub>2</sub>, 1,4 mg Vitamin B<sub>6</sub>, 6 mg Pantothensäure, 16 mg Niacin, 200 µg Folsäure, 2,5 µg Vitamin B<sub>12</sub>, 12 mg Vitamin E

### Verzehrempfehlung:

Täglich 1-3 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.



**Queisser**  
PHARMA  
GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg