



Massagefachinstitut  
**Bianka Leidinger**

## Vitamin B12 Pastillen

---

Auch Cobalamin genannt, gilt als der "Alleskönner" unter den B-Vitaminen. Vitamin B12 sorgt in erster Linie für einen gesunden Energiestoffwechsel, eine normale Funktion des Nervensystems, eine normale psychische Funktion, eine Verringerung von Müdigkeit, ein normales Immunsystem, u.v.m.

Veganer sollten ihren B12 Bedarf mit Nahrungsergänzungsmitteln anreichern. Vitamin B12 ist nur in tierischer Nahrung enthalten und daher insbesondere für Veganer und alle diejenigen wichtig, die kaum tierische Lebensmittel zu sich nehmen. Cobalamine sind chemische Verbindungen, die in allen Lebewesen vorkommen. Ihr wichtigster Vertreter ist das Coenzym B12, die biologisch aktive Form des Vitamins B12, das als Cofaktor Teil mehrerer Enzyme ist.

Vitamin B12 ist ebenso wichtig, um die Verdauung zu unterstützen, und es wirkt unter anderem beim Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel mit. Außerdem hilft Vitamin B12 bei der Produktion von roten Blutkörperchen, es schützt unser Herz-Kreislaufsystem vor der schädlichen Aminosäure Homocystein und wirkt sich positiv auf Stimmung und Konzentration aus.

### **Inhaltsstoffe:**

Xylit, Kirschfruchtpulver, natürliches Kirscharoma, pflanzliches Magnesiumstearat, Siliciumdioxid, Methylcobalamin

### **Inhalt:**

100 Pastillen

### **Anwendungsempfehlung:**

Eine Pastille = 1000 µg täglich im Mund zergehen lassen.

**Hinweis:** Laut Lebensmittelsicherheits- und Verbraucherschutzgesetz ist es nicht erlaubt, Lebens- bzw. Nahrungsergänzungsmitteln Eigenschaften der Vorbeugung, Behandlung oder Heilung einer menschlichen Krankheit zuzuschreiben oder den Eindruck dieser Eigenschaften entstehen zu lassen. Darum muss hier leider auf jede weitere Information verzichtet werden. Beachten Sie bitte, dass diese Seiten nicht zur Eigendiagnose oder Eigenbehandlung von Krankheiten dienen. Bitte gehen Sie zum Arzt, wenn Sie gesundheitliche Probleme oder Fragen haben. Diese Information kann keinen ärztlichen Rat ersetzen.



Lilienstr. 3, 4541 Bad Hall  
Telefon: +43 680 1234665, Internet: [www.afochguat.at](http://www.afochguat.at), Email: [office@afochguat.at](mailto:office@afochguat.at)  
Termine nach Vereinbarung