

## Multitalent für Energie und Gesundheit

- ✓ Für **mehr Energie** in Phasen von Müdigkeit und Erschöpfung
- ✓ Für **psychisches Wohlbefinden** in fordernden Zeiten
- ✓ Für ein **starkes Immunsystem**
- ✓ Zur **Unterstützung der Blutbildung**
- ✓ Für eine **höhere Leistungsfähigkeit** und zur **Förderung der Konzentration**

Einnahme von 1–5 Sprühstößen täglich, auf einmal oder über den Tag verteilt.

Preis: € 14,90\*



## Wann sollte Vitamin B<sub>12</sub> zur Nahrung ergänzt werden?



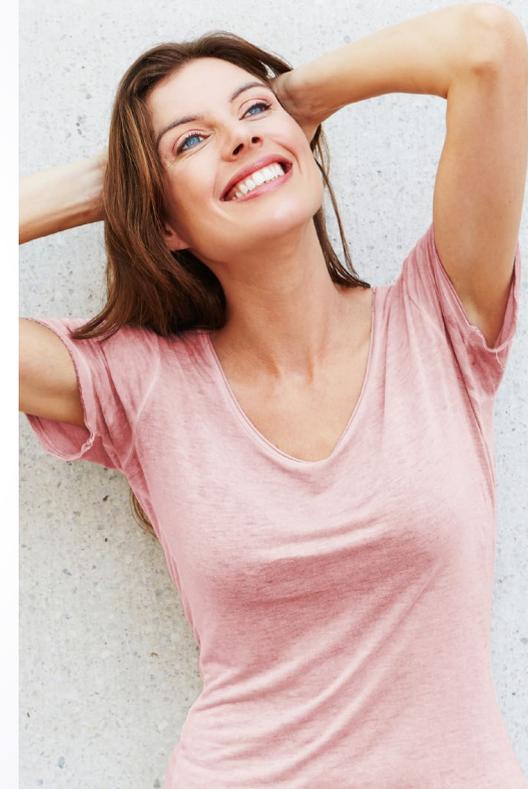
- ✓ Bei Anzeichen für ein Vitamin B<sub>12</sub>-Defizit **absolut prüfenswert** (Routine-Blutuntersuchung)
- ✓ Bei nachgewiesenem Mangel **unabdingbar**
- ✓ Bei älteren Personen **sehr empfehlenswert**
- ✓ Bei besonderen Herausforderungen eine **sinnvolle Option**  
Auch bei vermehrter körperlicher Beanspruchung, Stress oder psychischen Belastungen sollte auf eine bedarfsdeckende Vitamin B<sub>12</sub>-Versorgung geachtet werden.
- ✓ Bei Magen-Darm-Beschwerden oder **regelmäßiger Medikamenteneinnahme prüfenswert**  
Die Aufnahmefähigkeit des Darms für Vitamin B<sub>12</sub> kann durch zahlreiche Medikamente wie z. B. Magenschutz, Antidiabetika oder Antibabypille beeinträchtigt sein.
- ✓ Für Personen mit **fleischarmer Ernährung, Vegetarier und Veganer sehr empfehlenswert**  
Da Vitamin B<sub>12</sub> hauptsächlich in tierischen Lebensmitteln vorkommt, kann es durchaus zu einem ernährungsbedingten Mangel kommen.

\*Unverbindliche Preisempfehlung inklusive Umsatzsteuer mit Stand April 2021. GCB-ALP-B12 210402



# Vitamin B<sub>12</sub>

Multitalent für Energie und Gesundheit



- ✓ Für mehr Energie und Leistung
- ✓ Für psychisches Wohlbefinden
- ✓ Für ein starkes Immunsystem
- ✓ Zur Unterstützung der Blutbildung

## Das sind typische Anzeichen

Vitamin B<sub>12</sub>-Defizite sind weit verbreitet und können mit Symptomen wie Energielosigkeit, Müdigkeit, Muskelschwäche, Blutarmut oder geschwächten Abwehrkräften einhergehen. Auch mangelnde Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit sowie Störungen des psychischen Wohlbefindens gehören zu den Anzeichen.

### Personen die zu wenig B<sub>12</sub> über die Nahrung aufnehmen\*

	19–24 J.	25–34 J.	35–50 J.	51–64 J.	65–80 J.
Männer	7,4 %	6,8 %	8,4 %	7,9 %	9,8 %
Frauen	32,7 %	26,4 %	24,5 %	23,0 %	26,3 %

Die Ursachen für ein B<sub>12</sub>-Defizit sind vielfältig. Häufig ist eine unzureichende Zufuhr über die Nahrung der Grund. Während bei manchen Personengruppen die B<sub>12</sub>-Aufnahme über den Darm generell beeinträchtigt ist.



## Wohlfühlvitamin B<sub>12</sub>

Ob Arbeit, Freizeit oder Training – damit der Alltag voller Energie gemeistert werden kann, ist der Körper auf ein ausreichendes Vitamin B<sub>12</sub>-Depot angewiesen.

Das lebensnotwendige Vitamin ist für zahlreiche Körperfunktionen wichtig: die Energiegewinnung in den Zellen, den Fett- und Kohlenhydratstoffwechsel oder die körperliche Leistungsfähigkeit. Außerdem hat der Nährstoff eine bedeutsame Funktion für die Bildung roter Blutkörperchen, die Immunabwehr und das seelische Gleichgewicht.

Der **Alpinamed® B12 Trio Dosierspray** füllt die Vitamin B<sub>12</sub>-Reserven des Körpers wieder auf und sorgt so für körperliches und psychisches Wohlbefinden.



## Produktvorteile

- ✔ **3 natürlicherweise im Körper vorkommende Vitamin B<sub>12</sub>-Formen**
- ✔ **Individuelle Dosierung** mit 100 µg pro Sprühstoß. Ergänzung zur täglichen Nahrung in Abhängigkeit vom jeweiligen Bedarf z. B. bei fleischarmer Ernährung, älteren Personen oder eingeschränkter Aufnahmefähigkeit des Darms. Überschüssiges Vitamin B<sub>12</sub> wird vom Körper wieder ausgeschieden.
- ✔ **Direkt und Depot**  
Für eine hohe Bioverfügbarkeit sorgen die beiden aktiven Vitamin B<sub>12</sub>-Formen Adenosylcobalamin und Methylcobalamin, die rasch und ohne Umwandlungsschritte in den Organismus aufgenommen werden. Die sogenannte Depotform Hydroxocobalamin füllt die Vitamin B<sub>12</sub>-Reserven des Körpers langfristig auf, da diese besonders gut gespeichert werden kann.
- ✔ **Rasche Aufnahme bereits über die Mundschleimhaut**
- ✔ **Einfache Anwendung als praktischer Spray**
- ✔ **Vegan und wohlschmeckend**