

<b>Deutschland: PZN 11668445</b> <b>Österreich: PZN 4547764</b>	Datum: 01.08.2016
<b><u>Produktname:</u></b> Lecithin 500mg + Vitamin-B-Komplex Kapseln MediFit	<b><u>Name und Anschrift des Unternehmens:</u></b> ApoFit Arzneimittelvertrieb GmbH Jäckstr. 29, 96052 Bamberg

**Status:**

- Nahrungsergänzungsmittel   
 Lebensmittel   
 diätetisches Lebensmittel   
 Tee   
 Honig  
 Kräuter, Gewürze, Mono-Substanz / unverarbeitete Erzeugnisse aus nur einer Zutat

**Inhalt, Stückzahl / Nettofüllmenge / Abtropfgewicht:**

50 Kapseln  
Inhalt: e 36,1g

**Zutaten / Zusammensetzung / Inhaltsstoffe:**

**Zutaten:** Lecithinpulver, Kapselmateriale: Hartgelatine mit Farbstoff Titandioxid, Niacin (Nicotinsäure), Vitamin B5 als Calciumpantothenat, Zink als Zinkcitratthydrat, Vitamin B6 als Pyridoxin HCL, Vitamin B2 als Riboflavin, Vitamin B1 als Thiaminmononitrat, Folsäure, Vitamin B12 als Cyanocobalamin, Maisstärke, Siliciumdioxid, Magnesiumsalze von Speisefettsäuren

**Nährwerte:**

<b>Nährwertangaben:</b>	<b>1 Kapsel</b>	<b>3 Kapseln</b>	<b>NRV %</b>
Lecithinpulver	500mg	1500mg	-/-
Niacin	16mg	48mg	100/300
Pantothensäure	6mg	18mg	100/300
Zink	2,25mg	6,75mg	22,5/67,5
Vitamin B6	1,4mg	4,2mg	100/300
Vitamin B2	1,4mg	4,2mg	100/300
Vitamin B1	1,1mg	3,3mg	100/300
Folsäure	200 µg	600 µg	100/300
Vitamin B12	2,5 µg	7,5 µg	100/300

NRV = Nutrient Reference Values; Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

**Aufbewahrungsbedingung und ggf. Verwendungsbedingung nach dem Öffnen:**

Kühl, trocken und lichtgeschützt außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.

**Gebrauchsinformation, Gebrauchsanleitung, Zubereitungshinweis, sonstige Hinweise:**

Nahrungsergänzungsmittel mit **Niacin, Pantothensäure, Zink** und dem **Vitamin-B-Komplex** in einer Basis aus Lecithinpulver in Kapseln aus Hartgelatine.

Lecithin ist Bestandteil der **Nerven- und Gehirnzellen** sowie der **Darmschleimhaut** und spielt eine Rolle beim Transport von **Cholesterin** durch die Blutgefäße. Lecithin wird in der Regel ausreichend über die Nahrung aufgenommen. In Phasen starker **körperlicher oder geistiger Belastung** kann eine zusätzliche Lecithinzufuhr sinnvoll sein.

**Zink** leistet einen Beitrag zu einem normalen

- Säure-Basen-Stoffwechsel
- Kohlenhydrat-Stoffwechsel
- Stoffwechsel von Makronährstoffen
- Fettsäurestoffwechsel
- Vitamin-A-Stoffwechsel

Des Weiteren trägt Zink bei zu einer normalen

- Eiweißsynthese
- kognitiven Funktion
- DNA-Synthese
- Fruchtbarkeit und Reproduktion
- Funktion des Immunsystems

und zur Erhaltung normaler

- Knochen
- Haare
- Nägel
- Haut
- Sehkraft
- Testosteronspiegel im Blut

Zink trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

**Niacin** leistet einen Beitrag zu

- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche
- der Erhaltung normaler Schleimhäute und normaler Haut
- der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

**Pantothensäure** leistet einen Beitrag zu

- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern
- der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- einer normalen geistigen Leistung

**Vitamin B1** (Thiamin) leistet einen Beitrag zu

- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Herzfunktion
- einer normalen psychischen Funktion
- einer normalen Funktion des Nervensystems

**Vitamin B2** (Riboflavin) leistet einen Beitrag zu

- einem normalen Energie- und Eisenstoffwechsel
- einer normalen Funktion des Nervensystems
- der Erhaltung normaler Schleimhäute, normaler Haut, normaler Sehkraft, normaler roter Blutkörperchen

- einem Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

**Folsäure** (Folat) leistet einen Beitrag zu

- dem Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft
- einer normalen Aminosäuresynthese
- einer normalen Blutbildung
- einem normalen Homocystein-Stoffwechsel
- einer normalen psychischen Funktion
- einer normalen Funktion des Immunsystems
- einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

Folat hat eine Funktion bei der Zellteilung.

**Vitamin B6** leistet einen Beitrag zu

- einer normalen Cysteinsynthese
- einer normalen Funktion des Immun- und Nervensystems
- einem normalen Energie- und Homocystein-Stoffwechsel.
- einem normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel
- einer normalen Bildung von roten Blutkörperchen
- Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- Regulierung der Hormontätigkeit

**Vitamin B12** leistet einen Beitrag zu

- einem normalen Energie- und Homocystein-Stoffwechsel
- einer normalen Funktion des Immun- und Nervensystems und der Psyche
- einer normalen Bildung der roten Blutkörperchen
- einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

Vitamin B12 hat eine Funktion bei der Zellteilung.

**Verzehrempfehlung:** 3 Kapseln täglich

Die Kapseln können durch vorsichtiges Auseinanderziehen der Kapselhälften geöffnet werden. Personen, die keine Kapseln schlucken können, können

- den Inhalt auf einen Teelöffel geben und mit ausreichend Wasser einnehmen oder
- den Inhalt in ein verschließbares Gefäß (z.B. Schraubdeckelglas) mit Wasser geben, gut schütteln und anschließend sofort trinken.

Verzehrempfehlung nicht überschreiten. Nahrungsergänzungen sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie gesunde Lebensweise verwendet werden.