Liebe Anwender von

VITAMIN B12 HEVERT 500 µg

Nahrungsergänzungsmittel

Mit Vitamin B12 Hevert 500 µg haben Sie ein veganes Vitamin B12-Präparat in hoher Dosierung gewählt. Vitamin B12 ist ein lebenswichtiges Vitamin, das bei vielen Funktionen des Körpers eine wichtige Rolle spielt. Es trägt unter anderem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung, zu einem normalen Energiestoffwechsel, zu einer normalen Funktion des Nervensystems sowie zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei.

Eine gute Vitamin B12-Versorgung



Vitamin B12, auch Cobalamin genannt, ist das einzige wasserlösliche Vitamin, das der menschliche Körper speichern kann. Gespeichert wird das Vitamin in der Leber, von wo es über mehrere Jahre zur Verwendung gelangen kann. Ein Mangel macht sich oft erst nach Jahren bemerkbar. Unser Körper kann Vitamin B12 jedoch nicht selbst herstellen. Er ist daher auf die Zufuhr über die Nahrung angewiesen.

Vitamin B12 kommt natürlicherweise vorwiegend in tierischen Lebensmitteln, meist gebunden an Eiweiße vor. Gute Lieferanten sind Leber, Muskelfleisch, Eier, Fisch, Milch und Milchprodukte. Besonders Veganer und Vegetarier sollten auf eine ausreichende Versorgung achten, da pflanzliche Lebensmittel Vitamin B12 nur in geringer Menge enthalten und auch nur dann, wenn sie einem bakteriellen Gärungsprozess unterworfen worden sind (z.B. Sauerkraut).



Gelangt Vitamin B12 mit der Nahrung in den Magen, starten aufwändige Stoffwechselvorgänge. Das Vitamin wird durch Magensäure und Enzyme aus dem Essen freigesetzt und an ein spezielles Transporteiweiß, den Intrinsic-Faktor, gebunden. Der Intrinsic-Faktor vermittelt die Aufnahme des Vitamins in die Zellen der Darmschleimhaut, von wo es in den Blutkreislauf und alle Organe gelangt. Bei älteren Menschen funktionieren diese Stoffwechselvorgänge häufig nicht mehr so zuverlässig, sodass es zu einer unzureichenden Versorgung mit Vitamin B12 kommen kann.

Gegen Müdigkeit, für mehr Energie



Ob wir müde oder energiegeladen sind, hängt nicht zuletzt von einer guten Versorgung mit Vitamin B12 ab. Cobalamin ist für den Energiestoffwechsel in den Kraftwerken der Zellen, den Mitochondrien, unverzichtbar, ebenso für die Bildung der roten Blutkörperchen (Erythrozyten). Diese Blutzellen transportieren lebensnotwendigen Sauerstoff in alle Organe und Gewebe. Eine Störung der Vitamin B12-Versorgung kann daher die Vitalität und Leistungsfähigkeit des ganzen Körpers beeinträchtigen.

Fortsetzung nächste Seite

2
3
Hier falten!
1



658/2607

Hevert-Arzneimittel spendet jedes Jahr an die wohltätige Hevert-Foundation, welche sich für Gesundheit von Mensch und Natur einsetzt. www.hevert-foundation.org

Hevert nutzt zu 100 % Strom aus erneuerbaren Energiequellen

HEVERT ARZNEIMITTEL

Für wen die Einnahme von Vitamin B12 Hevert 500 µg besonders ratsam ist

Als hochdosiertes Nahrungsergänzungsmittel dient Vitamin B12 Hevert 500 µg dazu, den Körper bei Gefahr einer Unterversorgung ausreichend mit Vitamin B12 zu versorgen. Besonders ratsam ist die Einnahme von Vitamin B12 Hevert 500 µg daher für Menschen

- die sich energielos fühlen
- die bestimmte Arzneimittel einnehmen (z.B. Magensäureblocker)
- mit Erschöpfungszuständen nach Infektionserkrankungen
- mit veganer oder vegetarischer Ernährung

Verzehrsempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren schlucken 1 Tablette täglich mit ausreichend Flüssigkeit zwischen zwei Mahlzeiten.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Der Verzehr während der Schwangerschaft und Stillzeit sollte in Absprache mit einem Arzt erfolgen.

Zutaten

(pro 1 Tablette)

Vitamin B12 (Cyanocobalamin) 500 µg

Die vollständige Liste der Zutaten finden Sie auf dem Umkarton oder auf unserer Webseite.

Vegan, laktosefrei, glutenfrei, zuckerfrei, ohne Farb- und Konservierungsstoffe, ohne Gelatine.

Alles Gute für Ihre Gesundheit wünscht Ihnen Ihr Hevert-Team!

Weitere Tipps rund um Vitamin B12 Hevert 500 µg finden Sie im Internet unter

www.vitamin-b12-500.hevert.de Mehr erfahren

Hevert-Arzneimittel
GmbH & Co. KG
In der Weiherwiese 1
55569 Nussbaum / GERMANY
www.hevert.de, info@hevert.de

Stand der Information: Januar 2025

WEITERE HEVERT-PRÄPARATE FÜR IHRE GESUNDHEIT



VITAMIN C HEVERT 500 MG GEPUFFERT

Für Immunsystem, Zellschutz und Kollagenbildung

Herkömmliches Vitamin C verursacht oft Magenbeschwerden.

Das Besondere an gepuffertem Vitamin C: Es ist an Calcium gebunden und somit säurefrei und magenschonend.

Mehr erfahren

60 Kapseln
PZN 18889959



VITAMIN A+E HEVERT VITAL

Vitaminkombination für Augen, Haut und Immunsystem

Für alle,

- die ihre Augen besonders beanspruchen (z.B. Bildschirmarbeit)
- die die Gesundheit ihrer Haut unterstützen wollen
- im höheren Lebensalter

Mehr erfahren

60 Kapseln
PZN 18219756
120 Kapseln
PZN 20167966



VITAMIN D3 HEVERT 2000 IE

Das Power-Vitamin für Immunsystem, Knochen und Muskeln

- Bei wenig Kontakt mit Sonnenlicht (Cremes mit LSF, Kleidung etc.)
- Besonders wichtig in den sonnenarmen Monaten (Oktober bis April)
- Im höheren Alter (verringerte körpereigene Bildung von Vitamin D)

Mehr erfahren

60 Tabletten
PZN 11116697
120 Tabletten
PZN 11295441

Entdecken Sie die Produktvielfalt und das nachhaltige Familienunternehmen Hevert unter

www.hevert.de

HEVERT ARZNEIMITTEL

Fotos: AdobeStock, Fotolia, Hevert-Arzneimittel