

# Multivitamine Compleet A t/m Z

## Voedingssupplement

### Multivitamine Compleet A t/m Z

Samenstelling	Dagdosering*	RI**
Vitamine A (als retinol acetaat)	1000 µg	125%
Vitamine B1 (als thiamine hydrochloride)	1,65 mg	150%
Vitamine B2 (als riboflavine)	2,4 mg	171%
Vitamine B3 (als nicotinamide)	16 mg	100%
Vitamine B5 (als calcium pantothenaat)	9 mg	150%
Vitamine B6 (als pyridoxaal-5-fosfaat)	1,4 mg	100%
Vitamine B8 (als biotine)	62,5 µg	125%
Vitamine B11 (als foliumzuur)	300 µg	150%
Vitamine B12 (als cyanocobalamine)	3,75 µg	150%
Vitamine C (als ascorbinezuur)	100 mg	125%
Vitamine D3 (als cholecalciferol)	10 µg	100%
Vitamine E (als natuurlijk tocoferol succinaat)	15 mg	125%
Calcium (als calciumcarbonaat, waarvan calciumcitraat 5 mg)	120 mg	15%
Chroom (als chroomchloride)	60 µg	150%
Jodium (als kaliumjodide)	150 µg	100%
IJzer (als ijzerfumaat)	17,5 mg	125%
Koper (als kopergluconaat)	1250 µg	125%
Magnesium (als magnesiumcitraat)	56 mg	15%
Mangaan (als mangaancitraat)	2,5 mg	125%
Molybdeen (als natriummolybdaat)	50 µg	100%
Seleen (als natriumseleniet)	55 µg	100%
Zink (als zinkcitraat)	10 mg	100%
Choline (als cholinebitartraat)	25 mg	
Inositol	25 mg	
PABA	50 mg	
Chlorella	12,5 mg	
Spirulina poeder	12,5 mg	

## Ingrediënten

Mineralen, mc cellulose (vulmiddel), vitaminen, choline bitartraat, Para Aminobenzoic Acid (PABA), inositol, magnesiumstearaat (plantaardig antikontermiddel), spirulina, chlorella, siliciumdioxide (antikontermiddel), hypromellose (vegetarische coating), titaandioxide (kleurstof), ijzeroxide (kleurstof), talk (antikontermiddel), glycerine (bevochtigingsmiddel), bijenwas (glansmiddel).

\* Dagelijkse dosering op basis van 1 tablet.

\*\* RI = Referentie-inname.

## Merkhouder | Distributeur

Vitalize | Galvaniweg 15

4207 HL Gorinchem | Nederland

Tel: +31 (0)183 699 450

E-mail: [info@vitalize.nl](mailto:info@vitalize.nl) | Web: [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl)

## Allergeen informatie

Bevat geen gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige geur-, kleur- en smaakstoffen of conserveermiddelen. Geschikt voor vegetariërs.

### Vitamine A draagt bij:

- aan de normale werking van het hart;
- tot de instandhouding van normale slijmvliezen, huid, gezichtsvermogen en het immuunsysteem.

### Vitamine B1 draagt onder andere bij tot:

- de normale werking van het hart en het zenuwstelsel;
- een normale psychologische functie.

### Vitamine B2 draagt bij tot:

- de normale werking van het zenuwstelsel;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid;
- tot de instandhouding van normale slijmvliezen, rode bloedcellen, huid en het gezichtsvermogen.

### Vitamine B3 draagt bij tot:

- de normale werking van het zenuwstelsel en psychologische functie;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid;
- tot de instandhouding van normale slijmvliezen en de huid.

### Vitamine B5 draagt bij tot:

- een normaal energieleverend metabolisme;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid;
- normale mentale prestaties.

### Vitamine B6 draagt onder andere bij tot:

- de regulering van de hormonale activiteit;
- de normale vorming van rode bloedcellen;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid.

### Vitamine B8 draagt bij tot:

- een normaal energieleverend metabolisme;
- de normale werking van het zenuwstelsel;
- normaal psychologische functie.

### Vitamine B11 draagt bij tot:

- de weefselgroei van de moeder tijdens de zwangerschap;
- een normale bloedvorming en werking van het immuunsysteem en vitamine B11 speelt een rol bij het celdelingsproces.

# Multivitamine Compleet A t/m Z

## Vitamine B12 draagt bij tot:

- een normale vorming van rode bloedcellen;
- een normaal energieleverend metabolisme;
- de normale werking van het immuunsysteem en zenuwgestel;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid.

## Vitamine C draagt bij tot:

- een normaal energieleverend metabolisme;
- de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress;
- de vermindering van vermoeidheid en moeheid;
- de normale collageenvorming voor de normale werking van het kraakbeen en de botten.

## Vitamine D3 draagt bij tot:

- de instandhouding van normale botten en tanden;
- normale calciumgehalten in het bloed;
- een normale spierwerking.

Vitamine E draagt bij tot de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress.

Chroom zorgt mede voor (het behoud van) een normale en natuurlijke bloedsuikerspiegel.

## Jodium draagt onder andere bij tot:

- een normale productie van schildklierhormonen en tot een normale werking van de schildklier;
- de instandhouding van een normale huid.

Ijzer draagt bij tot een normaal zuurstoftransport in het lichaam.

## Koper draagt bij tot:

- een normale pigmentatie van het haar en de huid;
- een normaal ijzertransport in het lichaam.

## Magnesium draagt bij tot:

- de vermindering van vermoeidheid en moeheid;
- de normale werking van de spieren.

## Mangaan draagt bij tot:

- de normale vorming van bindweefsel;
- de instandhouding van normale botten;
- de aanmaak/opbouw van kraakbeen.

## Seleen draagt bij tot:

- de instandhouding van normaal haar en normale nagels;
- de normale werking van het immuunsysteem.

## Zink draagt bij tot:

- een normale vruchtbaarheid en voortplanting;
- een normaal koolhydraatmetabolisme.

## Calcium:

- draagt bij aan de instandhouding van sterke botten;
  - ondersteunt het energieniveau;
  - is goed voor de werking van de spieren.
- Choline ondersteunt de reinigende werking van de lever.

## Gebruik Multivitamine Compleet A t/m Z niet:

- voor kinderen t/m 3 jaar;
- indien u overgevoelig of allergisch bent voor één van de bestanddelen van Multivitamine Compleet A t/m Z;
- indien u zwanger bent of wilt worden. Vraag uw arts om advies voordat u dit middel gebruikt;
- indien u borstvoeding geeft of gaat geven. Vraag uw arts om advies voordat u dit middel gebruikt;

## Het gebruik in combinatie met andere middelen

- Wees kritisch op het totaal aan vitaminen en mineralen dat u per dag binnenkrijgt. Kijk voor alle maximale dagdoseringen op [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl).
- Raadpleeg bij twijfel over het gebruik van Multivitamine Compleet A t/m Z in combinatie met andere middelen altijd eerst uw arts.

## Hoe wordt de multivitamine ingenomen?

- Eénmaal daags één tablet met ruim water innemen.
- Neem de tabletten bij voorkeur in tijdens de maaltijd.
- De duur van gebruik kan naar behoefte worden verlengd.
- De aanbevolen dagelijkse dosering niet overschrijden.

## Wat moet u doen als u Multivitamine Compleet A t/m Z een (paar) keer vergeet te gebruiken?

- Vervolg uw normale innamepatroon. Neem geen extra dosering om een overgeslagen dosering in te halen.

## Hoe bewaart u Multivitamine Compleet A t/m Z

- Buiten het bereik van jonge kinderen houden.
- Donker en droog bewaren bij kamertemperatuur (15-25°C).
- In de oorspronkelijke verpakking bewaren ter bescherming tegen licht en vocht.
- Niet gebruiken na de op het doosje vermelde uiterste gebruiksdatum.

## Wilt u meer weten over de multivitamine?

Voor vragen of opmerkingen kunt u zich richten tot de klantenservice van Vitalize.

Tel: +31 (0)183 699 450 | e-mail: [info@vitalize.nl](mailto:info@vitalize.nl)

Of maak gebruik van de chatfunctie op [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl)

## Overige informatie

Multivitamine Compleet A t/m Z is een voedings-supplement dat met de grootste zorg is samengesteld en is ontwikkeld volgens wetenschappelijke inzichten.

Voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een complete voeding. Deze gebruiksaanwijzing is niet bedoeld ter vervanging van het advies van uw arts.