



# Lecithin +B-Vitamine

*lactose- &  
glutenfrei*

## Für Gehirn und Nerven

Heutzutage stellen Beruf, Sport und der ganz normale Alltagsstress besondere Anforderungen an unseren Körper. Denkleistung, geistige Beweglichkeit, Lernfähigkeit, gutes Gedächtnis, starke Nerven sowie Ausdauer sind gefragt.

Für Gesundheit und Wohlbefinden ist unser Körper auf eine ausreichende Zufuhr an Nährstoffen angewiesen.

**Lecithin** ist ein Phospholipid und gilt als Multitalent unter den Nährstoffen. Es nimmt am Aufbau der Zellmembranen teil und ist Bestandteil von Gehirn- und Nervenzellen. Zusammen mit den B-Vitaminen spielt Lecithin eine Rolle für das normale Zusammenspiel von Gehirn und Nerven und unterstützt Konzentration und Gedächtnis.

### Die Kombination macht's!

Die Kapseln von Doppelherz enthalten neben Lecithin noch Vitamin E und B-Vitamine.

Die wasserlöslichen **B-Vitamine** leisten einen Beitrag zu zahlreichen Vorgängen im Körper. Unser Körper kann diese Vitamine nicht lange speichern. Daher muss man sie ausreichend und regelmäßig über die Nahrung aufnehmen.

### Vitamin B<sub>1</sub>

- trägt zum Energiestoffwechsel bei
- unterstützt die normale Funktion des Nervensystems
- spielt für die normale Herzfunktion eine Rolle

### Vitamin B<sub>2</sub>

- unterstützt den Energiestoffwechsel
- hilft dem Körper einen normalen Eisenspiegel zu erhalten
- trägt zur geistigen Leistungsfähigkeit bei

### Niacin

- spielt für den Energiestoffwechsel eine Rolle
- unterstützt den Erhalt gesunder Haut und Schleimhäute
- trägt zur normalen Funktion des Nervensystems bei

### Vitamin B<sub>6</sub>

- trägt zur normalen Bildung der roten Blutkörperchen bei
- spielt für die normale Funktion des Immunsystems eine Rolle
- leistet einen Beitrag zum normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel
- unterstützt die normale Funktion des Nervensystems

### Folsäure

- trägt zur normalen Blutbildung bei
- spielt für die Aufrechterhaltung eines normalen Homocysteinspiegels eine Rolle
- leistet einen Beitrag zur normalen Funktion des Immunsystems
- unterstützt die normale Zellteilung

### Vitamin B<sub>12</sub>

- unterstützt den Energiestoffwechsel
- leistet einen Beitrag zur Bildung der roten Blutkörperchen, die für den Sauerstofftransport im Blut sorgen

- spielt für die normale Funktion des Immunsystems eine Rolle
- trägt zur normalen Zellteilung bei

**Vitamin E** trägt zum Schutz der Zellbestandteile vor oxidativen Schäden bei und unterstützt die normale Funktion des Immunsystems.

Mit den Kapseln von Doppelherz kann die Ernährung gezielt ergänzt werden.

### Eine Kapsel enthält:

500 mg Lecithin, 2,1 mg Vitamin B<sub>1</sub>, 2,4 mg Vitamin B<sub>2</sub>, 2,4 mg Vitamin B<sub>6</sub>, 13,5 mg Niacin, 200 µg Folsäure, 3,0 µg Vitamin B<sub>12</sub>, 15 mg Vitamin E

### Verzehrsempfehlung:

Täglich 2 Kapseln zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

### Hinweis für Diabetiker:

1 Kapsel entspricht 6,5 kcal/27,3 kJ und 0,001 BE



**Queisser**  
PHARMA  
GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg