

➤ **B1 - 100** **Krachtige dosering vitamine B₁**

Eén tablet bevat

Vitaminen	vitamine B ₁ (thiaminemononitraat)..... 100 mg
Gebruik	1 tablet per dag gedurende een korte periode, bij voorkeur innemen tijdens of na een maaltijd.
Ingrediënten	vulstof (dicalciumfosfaat, microkristallijne cellulose), thiaminemononitraat, antiklontermiddel (siliciumdioxide, stearinezuur, magnesiumstearaat).
Bevat geen	gluten, lactose, soja-eiwit, gist, sacharose, synthetische conserveermiddelen, synthetische kleur-, geur- en smaakstoffen. Geschikt voor vegetariërs.
Verpakking	90 tabletten
Ware grootte	

➤ **B1-100** Krachtige dosering vitamine B₁

Belangrijkste eigenschappen van B1-100

- Is betrokken bij de energievoorziening van de hersenen, het hart en de zenuwen
- Noodzakelijk voor de verbranding van glucose en andere koolhydraten
- Ondersteunt als co-factor van enzymen de vet- en eiwitstofwisseling
- Ondersteunt de aanmaak van nucleïnezuren van DNA en RNA
- Bij (extreem) alcoholgebruik
- Voor een goede status van neurotransmitters zoals acetylcholine, adrenaline en serotonine, van belang voor de prikkeloverdracht in het zenuwstelsel
- Voor het behoud van een heldere ooglen



Een selectie van de gehanteerde achtergrondinformatie:

1. Gibson, G.E. and H. Zhang, Interactions of oxidative stress with thiamine homeostasis promote neurodegeneration. *Neurochem Int*, 2002. 40(6): p. 493-504.
2. Wilkinson, T., et al., Is thiamine deficiency in elderly people related to age or co-morbidity? *Age Ageing*, 2000. 29(2): p. 111-116.
3. Gezondheidsraad, Voedingsnormen calcium, vitamine D, thiamine, riboflavine, niacine, pantotheenzuur en biotine. 2000, Gezondheidsraad: Den Haag.
4. Bender, D. and A. Bender, Thiamin (Vitamin B₁), in *Nutrition, a reference handbook*. 1997, Oxford University Press: Oxford. p. 282-292.
5. Sperduto, R.D., et al., The Linxian cataract studies. Two nutrition intervention trials. *Arch Ophthalmol*, 1993. 111(9): p. 1246-53.