

Link do produktu: <https://sztukawitamin.com/witamina-b12-mse-250g-120-kps-p-1627.html>



Witamina B12 MSE 250µg 120 kps

Cena	139,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	2-10 dni
Producent	Mito Pharma

Opis produktu

Dlaczego Witamina B12 MSE 250 µg?

- Firma MSE dr Enzmann jest wiodącym producentem suplementów diety w Niemczech. Od 40 lat nieustannie tworzy najwyższej jakości preparaty oraz gwarantuje niezmiennosc składu.
- Preparat Witamina B12 MSE obok głównego składnika - witaminy B12 (250 µg) zawiera również witaminę B6 (5 mg), biotynę (500 µg) i kwas foliowy (400 µg). Związki te są ważne m.in. dla zapewnienia prawidłowego działania witaminy B12.
- Preparat zawiera witaminę B12 w postaci metylokobalaminy. Metylokobalamina to aktywna forma B12. W organizmie nie musi ulec przekształceniu i dzięki temu jest wysoko przyswajaną formą tej witaminy.
- Gwarantowana wysoka przyswajalność witaminy B12, dzięki obecności w kompleksie witaminy B6, biotyny, kwasu foliowego.
- Preparat zawiera metylowaną, biologicznie aktywną formę kwasu foliowego, która nie wymaga przekształcenia i dzięki temu jest natychmiast „gotowa do działania”.
- Synergia zawartych w preparacie składników; wit. B12, B6, kwasu foliowego pomaga w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny.
- Czystość, najwyższa jakość i bezpieczeństwo stosowania preparatu gwarantowane są dzięki skutecznemu i kontrolowanemu procesowi produkcji.

Witamina B12 MSE w postaci metylokobalaminy

jest najwyższej jakości preparatem wieloskładnikowym z wysoką zawartością witaminy B12 (250µg), witaminy B6 (5 mg), biotyny (500 µg) i kwasu foliowego (400 µg).

Związki te niezbędne są dla zapewnienia prawidłowego przyswajania witaminy B12 oraz dla utrzymania prawidłowego poziomu homocysteiny we krwi.

Witamina B12 zawarta w preparacie to **METYLOKOBALAMINA**, czyli aktywna forma witaminy B12. W organizmie nie musi ulec przekształceniu i dzięki temu jest najlepiej przyswajaną formą tej witaminy.

Zanim organizm będzie w stanie wykorzystać witaminę B12, musi zamienić ją w aktywną formę - metylokobalaminę. Suplementy zawsze są czymś w rodzaju soli - tak jak sól kuchenna jest efektem połączenia kwasu solnego i sodu, tak samo na przykład cyjanokobalamina (najpopularniejszy suplement B12) jest efektem połączenia samej witaminy oraz reszty cyjanowej. Organizm musi tę resztę odłączyć i na to miejsce podstawić grupę metylową. Innymi słowy, wiele suplementów z witaminą B12 jest dla nas bezużyteczna, dopóki nie nastąpi to przestawienie. Wprawdzie organizm w jakimś stopniu tego dokonuje, ale tutaj zazwyczaj pojawiają się dwa problemy:

Po pierwsze, ten proces jest dość powolny. Co prawda możemy dostarczyć naprawdę bardzo duże ilości suplementu, ale co z tego, skoro jedynie niewielka jego część zostanie aktywowana? Suplementacja cyjanokobalaminą przypomina wsypywanie do organizmu milionów miniaturowych akumulatorów, ale wszystkie one są rozładowane. Metylokobalaminę z kolei można porównać do takich samych akumulatorów, ale w pełni naładowanych. Każdy chciałby zobaczyć efekty jak najszybciej, a nie po wielu miesiącach.

Drugie niezwykle ważne zagadnienie to aktywność przemian metylowych w organizmie. Nie zawsze są one odpowiednio

nasilone, zdarza się, że są one wyhamowane. W tym wypadku suplementacja B12 w postaci cyjanokobalaminy niemal w ogóle nie będzie efektywna.

Właściwości witaminy B12

Podstawowym zadaniem witaminy B12 jest podtrzymywanie i wzmacnianie prawidłowej przemiany materii, funkcji immunologicznych i podziału komórkowego oraz tworzenia się krwinek czerwonych

- Witamina B12 pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego
- Witamina B12 pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego
- Witamina B12 przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego
- Witamina B12 pomaga w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny
- Witamina B12 pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych
- Witamina B12 przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia

Należy pamiętać o zróżnicowanym sposobie żywienia i zdrowym trybie życia.

Biologicznie aktywna postać kwasu foliowego

Obecny w preparacie 5-metylotetrahydrofolian (5-MTHF) jest aktywną formą kwasu foliowego, która jest bezpośrednio transportowana do krwioobiegu i włączana w procesy biologiczne komórki. Taka postać gwarantuje optimum absorpcji, wyższą biodostępność oraz aktywność fizjologiczną. Ponadto wykazuje stabilność nawet pod wpływem zmiennych wartości pH żołądkowo-jelitowego.

Składniki niezbędne do prawidłowego działania witaminy B12

Biotyna

Odgrywa główną rolę w metabolizmie białek, tłuszczów i węglowodanów, np. w mitochondriach do pozyskiwania energii z białka i tłuszczów (glukoneogeneza).

Występuje zarówno w produktach pochodzenia roślinnego, jak i zwierzęcego, m.in.: w podrobach, rybach, jajach kurzych, mleku, produktach pełnoziarnistych, kielkach pszenicy, orzechach, roślinach strączkowych, ziemniakach oraz różnych warzywach i owocach (banany, szpinak, pomidory).

Wskazane jest jednoczesne zaopatrywanie organizmu w witaminę B12 i biotynę, ponieważ biotyna jest zużywana przez witaminę B12 podczas procesów przemiany materii.

Rola biotyny:

- biotyna przyczynia się do prawidłowego utrzymania metabolizmu energetycznego
- biotyna pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego
- biotyna przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych
- biotyna pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych
- biotyna pomaga w utrzymaniu prawidłowego stanu błon śluzowych
- biotyna pomaga zachować zdrową skórę i zdrowe włosy

Kwas foliowy

zaliczany do witamin z grupy B uczestniczy w licznych procesach metabolicznych. Nieodpowiednie zaopatrzenie organizmu w witaminę B12, jak również w witaminę C i cynk może prowadzić do niewystarczającej absorpcji kwasu foliowego w komórkach. Kwas foliowy jest magazynowany w mitochondriach i w cytoplazmie. Jedynie w ten sposób może spełniać nieprzerwanie swoje funkcje.

Występuje przede wszystkim w wątrobie i zielonych warzywach, ale również w ziemniakach, roślinach strączkowych, owocach, sałacie, orzechach, mleku, kielkach pszenicy i produktach pełnoziarnistych. Mięso i ryby zawierają jedynie niewielkie ilości kwasu foliowego.

W niektórych sytuacjach zapotrzebowanie na kwas foliowy może być zwiększone: podczas ciąży i karmienia piersią, u dzieci i młodzieży w okresie intensywnego rozwoju, przy diecie ubogiej w warzywa i sałaty, przy częstym spożywaniu alkoholu, u palaczy tytoniu,

Rola kwasu foliowego:

- kwas foliowy przyczynia się do wzrostu tkanek macicznych w czasie ciąży
- kwas foliowy pomaga w prawidłowej produkcji krwi
- kwas foliowy pomaga w prawidłowej syntezie aminokwasów
- kwas foliowy pomaga w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny
- kwas foliowy pomaga w prawidłowym utrzymywaniu układu odpornościowego
- kwas foliowy pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych
- kwas foliowy bierze udział w procesie podziału komórek

Witamina B6

występuje w wielu produktach spożywczych, przede wszystkim w kiełkach pszenicy, rybach, drobiu, wołowinie, podrobach, orzechach, produktach pełnoziarnistych, roślinach strączkowych, ziemniakach, ale również w owocach i warzywach.

W niektórych sytuacjach zapotrzebowanie na witaminę B6 może być podwyższone:

przy diecie bogatej w białko, w związku ze wzmożonym zapotrzebowaniem na białko, w okresie intensywnego rozwoju.

Rola witaminy B6:

- przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu białka i glikogenu
- z witaminą B12 uczestniczy w wytwarzaniu czerwonych krwinek
- bierze udział w funkcjonowaniu układu nerwowego
- bierze udział w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych
- przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia
- pomaga utrzymać prawidłowy metabolizm homocysteiny
- wspomaga funkcjonowanie układu odpornościowego.
- pomaga w prawidłowej syntezie cysteiny
- przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego
- przyczynia się do regulacji aktywności hormonalnej

PROSIMY NIE ŁĄCZYĆ W JEDNYM ZAMÓWIENIU Z INNYMI PRODUKTAMI niż MITO PHARMA