

# Solaray Balansert Mega-B-stress 180 kapsler

Solaray Balansert Mega-B-stress 180 kapsler  
0555

[Nutraceutical Corp. for Solaray Inc. \(USA\);](#)

Komplett B-vitaminkompleks i kapselform.

*B-vitaminer er viktige for huden og håret og godt for hjertet og blodomløpet, nervesystemet, fordøyelsen og energiproduksjonen. Visste du at stress øker behovet for både B-vitaminer og C-vitamin? Visste du at også røyking, alkohol og medisinbruk gjør at du trenger mer B-vitaminer?*

B-vitaminene fungerer aller best samlet, som et kompleks. Noen av dem er celledannende, noen er bloddannende, noen er energiprodukerende og de fleste av dem er antioksidanter.

B-vitaminene inngår som nødvendige brikker i en rekke viktige enzymreaksjoner og i energiomsetningen i kroppen. De er vannløselige, utskilles gjennom svette og urin – og bør derfor inntas daglig.

Tilskudd av B-vitaminer kan derfor være spesielt aktuelt for deg som trener mye. Også gravide har ekstra behov for B-vitaminer under svangerskapet – spesielt folat i de første tre månedene (for å forebygge ryggmarksbrokk og andre misdannelser hos fosteret).

[Stresser du](#) mye i hverdagen, kan det være smart å ta ekstra B-vitaminer, enten du er kvinne eller mann. Det er også en kjensgjerning at [nattesøvnen](#) ofte blir bedre hvis kroppen får roet seg litt mer ned om kvelden.

Les gjerne mer om de ulike B-vitaminenes oppgaver i artikkelen [Vitaminene](#) her på sidene våre.

## Innhold:

Solaray **Balansert Mega-B-stress** er et komplett, gjærfritt B-vitaminkompleks i en naturlig base av naturris og aloe vera gelkonsentrat. **Balansert Mega-B-stress** inneholder også C-vitamin og magnesium. Dette styrker opptaket av B-vitaminene samtidig som det forsterker den avstressende virkningen.

En kapsel **Balansert Mega-B-stress** inneholder:

Vitamin B1 (tiamin): 2,4 mg

Vitamin B2 (riboflavin): 2,8 mg

Vitamin B3 (niacin): 10 mg

Vitamin B5 (pantotensyre): 15 mg

Vitamin B6 (pyridoksin): 4,2 mg

Vitamin B12 (naturlig kobalamin konsentrat): 9 mcg

Biotin: 225 mcg

Folat: 200 mcg

C-vitamin (syrenøytralt): 100 mg

Magnesium: 75 mg

**Balansert Mega-B-stress** inneholder ikke gjær, sukker, gluten, laktose, soya, mais, kunstige smaksstoffer eller konserveringsmidler.

## Dosering og bruk:

Normalt 1 kapsel daglig, gjerne om kvelden sammen med et lite måltid (eller eventuelt en annen dosering i samråd med naturterapeut eller lege).



180 kapsler  
Nei