

«В» тобундагы витаминдердин комплекси борбордук жана перифериялык нерв системасынын функционалдык абалына оң таасир этет, зат алмашууну жакшыртат, кыжырдануу жана нервдүүлүк, чарчоо жана алсыздык менен күрөшүүгө жардам берет. Энергетикалык алмашууга жана иммундук колдоого пайдалуу таасир берет.

«В» тобундагы витаминдер организмде синтезделбейт жана тамак-аш аркылуу камсыздалышы керек.

- В1 (тиамин) – нерв ткандарынын метаболизми, липиддик жана белок алмашуусу үчүн жооп берет, борбордук нерв системасынын ишин колдойт
- В2 (рибофлавин) – тери, чач, тырмак жана былжырлуу кабыктардын саламаттыгын колдойт. Көрүүнү сактоого жардам берет, көздүн чарчоосун азайтат
- В3 (ниацин) – организмдин энергетикалык потенциалын жогорулатат, май кислоталарынын синтезине жана жыныс гормондорунун өндүрүлүшүнө катышат. Теринин сулуулугуна жооп берет жана чачтын өсүшүн стимулдайт
- В5 (пантотен кислотасы) – бөйрөк үстүндөгү бездерди стимулдаштыруу, теринин саламаттыгын колдоо жана иммунитетти бекемдөө үчүн зарыл. Тынчсызданууну жана эмоционалдык чыңалууну азайтат
- В6 (пиридоксин) – нерв клеткаларынын метаболизмина көмөктөшөт, серотонин, мелатонин жана дофаминдин өндүрүлүшүнө катышат, антителолордун пайда болушу үчүн зарыл
- В7 (биотин) – коллаген жана кератин синтезине катышат, теринин сулуулугун жана жаштыгын сактайт, тырмактарды жана чачты бекемдейт, чачтын түшүүсүн алдын алат. Кандагы канттын деңгээлин нормалдаштырууга жардам берет
- В9 (фолий кислотасы) – жаңы кан клеткаларынын синтези үчүн зарыл, репродуктивдик системанын саламаттыгын колдоого көмөктөшөт. Териге оң таасир берет, тырмактарды бекемдейт, чачтын өсүшүн жана абалын жакшыртат
- В12 (метилкобаламин) – кан түзүлүшүн стимулдайт, эритроциттердин синтези жана жетилишине, кан уюшуна катышат. Нерв системасынын ишин нормалдаштырууга көмөктөшөт, энергетикалык алмашууну жөнгө салууга катышат, чарчоону азайтат
- В4 (холин), В8 (инозит) – зат алмашуу процесстерине катышат жана топтун негизги өкүлдөрүнүн таасирин күчөтөт

## КУРАМЫ

Магний бисглицинат комплекси (магний бисглицинаты, магний оксиди), холин битартраты (холин), инозит, капсуланын кабыгы (пуллулан), никотинамид (В3 витамини), D-пантотенат кальций (пантотен кислотасы), пиридоксин гидрохлориди (В6 витамини), рибофлавин (В2 витамини), тиамин мононитраты (В1 витамини), L-метилфолат кальций (фолий

кислотасы), кремний диоксиди (агып калуудан сактоочу агент), стеарин кислотасынын магний туздары (агып калуудан сактоочу агент), D-биотин, метилкобаламин (B12 витамини).

## КОЛДОНУУ

Чондорго күнүнө 2 капсуладан тамак учурунда кабыл алуу сунушталат. Кабыл алуу узактыгы – 1 ай. Зарыл болгон учурда БАДды кайра кабыл алууга болот. Колдонуудан мурун дарыгер менен кеңешүү сунушталат.

Каршы көрсөтмөлөр: БАД компоненттерине жеке чыдамсыздык, кош бойлуулук, эмчек эмизүү мезгили.

Көлөмү:  
60 капсула

Жарактуулук мөөнөтү:  
24 ай