

Multi Dag & Nacht 90 (2 x 90 tabletten)



INGREDIËNTEN

Zie productsheets:

- Multi Dag 90
- Multi Nacht 90

LEVERANCIER

Vitakruid B.V., Hoofddorp

BTW

Laag

Z-INDEXNUMMER

15795012

INHOUD PRODUCT

2 x 90 tabletten

KORTE BESCHRIJVING

Multi Dag is een samenstelling, met daarin wateroplosbare vitamines en aangevuld met een aantal mineralen die belangrijk zijn om overdag ingenomen te worden. De verbindingen zijn goed opneembare vormen voor het lichaam waardoor de biologische beschikbaarheid wordt bevorderd. Bij voorkeur wordt deze formule ochtends bij het ontbijt ingenomen.

De eerst Multi voor de nacht. Deze Multi heeft rustgevend- en ontspannende eigenschappen en zorgt voor de opbouw van uw lichaam gedurende uw slaap.

EIGENSCHAPPEN

Multi Dag: Overdag moeten wij prestaties leveren, bestendig zijn tegen stress-situaties, alert zijn, ons kunnen concentreren, het denkvermogen moet scherp zijn en onze spieren en gewrichten moeten optimaal kunnen functioneren. De vitamines, mineralen en andere stoffen die het lichaam daarom vraagt zijn wezenlijk anders dan de behoeften aan nutriënten voor de nacht.

Multi Nacht: Wanneer we overdag lekker actief zijn geweest kunnen we makkelijker goed in slaap komen. Tijdens de nacht komt het lichaam en geest tot rust. Veel van onze spieren ontspannen zich en de hersengolven veranderen, net als de hartslag en de ademhaling. De hersenen blokkeren alle prikkels van buiten waardoor ons bewustzijn verlaagd en we afgesloten raken van de buitenwereld. Deze verregaande maatregelen die de natuur heeft genomen om slapen mogelijk te maken dienen voor de wederopbouw van lichaam en geest.

AANBEVOLEN DAGDOSERING

Multi Dag: Neem 1 tablet 's ochtends bij het ontbijt. Deze formule voorziet in voedingsstoffen die goed zijn voor de energie, de spieren, de concentratie en het geheugen.

Multi Nacht: Neem 1 tablet 's avonds in. Bij voorkeur 2 uur voor het slapen gaan. Deze formule voorziet in voedingsstoffen die ondersteuning geven aan de opbouw van spier-, zenuw- en hersenweefsel.

VEILIGHEID

Droog en op kamertemperatuur (15-25 °C) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden. Multi Nacht is niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.

Multi Dag 90

(90 tabletten)



LEVERANCIER

Vitakruid B.V., Hoofddorp

BTW

Laag

INHOUD PRODUCT

90 tabletten

Z-INDEXNUMMER

15932486

KORTE BESCHRIJVING

Multi Dag is een samenstelling, met daarin wateroplosbare vitamines en aangevuld met een aantal mineralen die belangrijk zijn om overdag ingenomen te worden. De verbindingen zijn goed opneembare vormen voor het lichaam waardoor de biologische beschikbaarheid wordt bevorderd. Bij voorkeur wordt deze formule 's ochtends bij het ontbijt ingenomen.

EIGENSCHAPPEN

Overdag moeten wij prestaties leveren, bestendig zijn tegen stress-situaties, alert zijn, ons kunnen concentreren, het denkvermogen moet scherp zijn en onze spieren en gewrichten moeten optimaal kunnen functioneren.^{1,2,3,4,5} De vitamines, mineralen en andere stoffen die het lichaam daarom vraagt zijn wezenlijk anders dan de behoeften aan nutriënten voor de nacht.

¹**Energie** De in deze formule opgenomen Vitaminen B1, B2, B3, B5, B6, B12, biotine en C en de mineralen calcium, ijzer, koper, en mangaan dragen bij tot een normaal energie leverend metabolisme en helpt u overdag de energie uit voeding vrij te maken om optimaal te functioneren. Chroom, biotine en zink spelen een belangrijke rol in de verwerking van de macronutriënten resp. koolhydraten, vetten en eiwitten, in de productie van diverse lichaamsstoffen en voor het zenuwstelsel. Foliumzuur, ijzer, magnesium, vitamine B2, B3, B5, B6 en C dragen bij tot de vermindering van vermoeidheid.

²**Psychologische** functie Vitamine B1, B3, B6, B12, C, foliumzuur, biotine, magnesium dragen bij aan een normaal psychologische functie. Goede stoffen voor het geheugen zijn B1 en B12 en voor de leerprestaties B3 en magnesium.

³**Zenuwstelsel** Kalium en magnesium spelen een rol in de prikkeloverdracht van de zenuwcellen en kalium is ook van belang bij het handhaven van een normale bloeddruk. Koper speelt een belangrijke rol in de opbouw van zenuwcellen. Biotine, kalium, koper, magnesium, vitamine B1, B2, B3, B6, B12 en C dragen bij tot de normale werking van het zenuwstelsel.

⁴**Spieren** Calcium, mangaan en kalium spelen een rol bij het behouden van sterke spieren. Magnesium is goed voor de stevigheid van het skelet. Koper ondersteunt het behoud van bindweefsel en speelt een rol bij het zuurstoftransport in het lichaam.

⁵**Spijvertering** Chroom draagt bij tot de instandhouding van normale bloedsuikergehalten en calcium speelt een belangrijke rol in de normale verwerking van spijsverteringsenzymen.

Anti-oxidanten Koper, mangaan, vitamine B2 en C zijn vrije radicalen vangers en helpen het (natuurlijk) afweersysteem van de lichaamscellen te beschermen. Vitamine C kent een aantal vormen. De meesten zijn in water oplosbaar en zijn zowel overdag als 's nachts nodig. Een uitzondering is vitamine C als ascorbylpalmitaat, deze vitamine C is in vet oplosbaar en kan het lichaam vooral 's nachts goed gebruiken. Vitamine C (ascorbinezuur) is in de eerste plaats belangrijk voor de weerstand, de bloedvaten en collageen weefsel. OPC en citrus bioflavonoiden zijn andere antioxidanten die de formule ondersteunen.

INGREDIËNTEN

Vitamines, mineralen, choline bitartraat, para-amino-benzoezuur, inositol, druivenpit extract (OPC), citrus bioflavonoiden, alpha-liponzuur, cottonseed oil (antiklontermiddel), siliciumdioxide (vulmiddel), hydroxypropyl methyl cellulose (coating), microkristaline cellulose (vulstof), maltodextrine (drager), ijzeroxide (natuurlijke kleurstof), polysorbaat (moisturizer), bijenwas (glansmiddel).

Dit product bevat geen: gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Ingrediënten per tablet:		RI*
Vitamine B1(thiamine HCl)	50 mg	4545 %
Vitamine B2 (riboflavin)	49 mg	3500 %
Vitamine B3 (nicotinamide)	73 mg	456 %
Vitamine B5 (calcium pantothenaat)	75 mg	1250 %
Vitamine B6 (pyridoxal 5 fosphaat)	14 mg	1000 %
Biotine (vitamine B8)	150 µg	300 %
Vitamine B12 (methylcobalamine)	75 µg	3000 %
PABA (para-amino-benzoezuur)	50 mg	**
Foliumzuur	400 µg	200 %
Vitamine C (ascorbinezuur)	300 mg	375 %
Chroom (picolinaat)	200 µg	500 %
Koper (gluconaat)	1,5 mg	150 %
Ijzer (bisglycinaat)	7 mg	50 %
Magnesium (citraat, oxide)	94 mg	25 %
Mangaan (citraat)	5 mg	250 %
Kalium (citraat)	100 mg	5 %
Alpha-liponzuur	5 mg	**
Bioflavonoids (citrus bioflavonoiden)	45 mg	**
Choline (choline bitartraat)	50 mg	**
Inositol	40 mg	**
OPC (druivenpitextract)	20 mg	**

* Referentie-inname

** Geen RI vastgesteld voor dit ingrediënt

AANBEVOLEN DAGDOSERING

Neem 1 tablet 's ochtends bij het ontbijt. Deze formule voorziet in voedingsstoffen die goed zijn voor de energie, de spierkracht, de spijsvertering, de concentratie en het geheugen.

VEILIGHEID

Droog en op kamertemperatuur (15-25 °C) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden.

Multi Dag is los verkrijgbaar en in combinatie met Multi Nacht. Beide verpakt in één doosje Multi Dag & Nacht.

Multi Nacht 90

(90 tabletten)



LEVERANCIER
Vitakruid B.V., Hoofddorp

BTW
Laag

Z-INDEXNUMMER
15932508

INHOUD PRODUCT
90 tabletten

KORTE BESCHRIJVING

De eerste Multi voor de nacht. Deze Multi heeft rustgevend- en ontspannende eigenschappen en zorgt voor de opbouw van uw lichaam gedurende uw slaap.

INGREDIËNTEN

Vitaminen, mineralen, geconjugeerd linolzuur, mariadistel, passiebloemextract (extract 9:1), DMAE, L-Taurine, L-Glutathion, melatonine, magnesium stearaat (antiklontermiddel), silicium dioxide (vulstof), maltodextrine (vulstof), polysorbaat (moisterizer), bijenwas (glansmiddel)

Dit product bevat geen: gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Ingrediënten per tablet:		RI*
Provitamine A (bèta caroteen)	6 mg	**
Vitamine A (retinol acetate)	800 µg	100 %
Vitamine C (ascorbyl palmitate, calc. asc.)	160 mg	200 %
Vitamine D3 (cholecalciferol)	10 µg	200 %
Vitamine E (tocopherol succinate)	36 mg	300 %
Vitamine K2 (menaquinon-7 K2)	19 µg	25 %
Geconjugeerd linolzuur (vitamine F)	10 mg	**
Boron (sodium borate)	1 mg	**
Calcium (citraat, carbonaat)	120 mg	12,5 %
Jodium (potassium iodide)	150 µg	**
Magnesium (tauraat, citraat)	47 mg	12,5 %
Molybdeen (molybdate sodium)	100 µg	200 %
Selenium (selenate sodium)	200 µg	364 %
Ijzer (bisglycinate)	7 mg	50 %
Zink (zink citraat)	15 mg	150 %
Dimethylethanolamine (DMAE)	17,3 mg	**
L-Glutathion	7 mg	**
L-Taurine	30 mg	**
Melatonine	0,29 mg	**
Silymarin (Mariadistel)	40 mg	**
Passiebloemextract (extract 9:1)	30 mg	**

* Referentie-inname

** Geen RI vastgesteld voor dit ingrediënt

AANBEVOLEN DAGDOSERING

Neem 1 tablet 's avonds in. Bij voorkeur 2 uur voor het slapen gaan. Deze formule voorziet in voedingsstoffen die ondersteuning geven aan de opbouw van spier-, zenuw- en hersenweefsel.

VEILIGHEID

Droog en op kamertemperatuur (15-25 °C) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden. Niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.

EIGENSCHAPPEN

Bescherming tegen oxidatieve schade

's Nachts heeft het lichaam meer behoefte aan de in **vetoplosbare vitamines** zoals A, Bèta-caroteen, D3, F, K2 en Ascorbyl palmitaat (vitamine C). Deze in vetoplosbare vitamine C is van belang voor het normaal functioneren van het zenuwstelsel en de psychologische functies. De in vetoplosbare vitamines zijn vitamines die we nodig hebben als anti-oxidant ter bescherming van de cellen tegen schade door vrije radicalen waar we aan blootgesteld worden mede door de druk van het huidige leefmilieu.

Ontspanning

Het kruid Passiebloem staat al eeuwen bekend om zijn rustgevend invloed. De Multi Nacht bevat bovendien 0,3 mg Melatonine, wat een bijdrage levert aan het sneller in slaap vallen.

Opbouw

Vitamine D, ijzer, magnesium, calcium en zink hebben een gunstige invloed op het celdelingsproces en dragen bij aan het proces van celvernieuwing. Calcium speelt een rol in het proces van celdifferentiatie. Zink is nodig bij de opbouw van eiwitten en vernieuwing van weefsel. Silymarin (Mariadistel) ondersteunt de reiniging van de lever. Wanneer de lever goed blijft functioneren kan het lichaam zelf herstellen en reinigen.

Botten

Calcium, magnesium, zink, vitamine D3, K2 dragen bij tot de instandhouding van normale botten. Vitamine C draagt bij tot de collageenvorming voor de botten en het tandvlees.

Gezichtsvermogen en slijmvliezen

Vitamine A draagt bij tot de instandhouding van een normaal gezichtsvermogen en is goed voor het behoud van de normale structuur en functie van de slijmvliezen.

Immuunsysteem

Vitamine A en D, selenium en zink dragen bij tot de normale werking van het immuunsysteem.

Multi Nacht is los verkrijgbaar en in combinatie met Multi Dag verpakt in één doosje Multi Dag & Nacht.