

# Vitamin B-Complex

## Replenish Your B Vitamins Daily

Many different vitamin B compounds are grouped under the name B-complex. These vitamins are easily lost from foods in refining and cooking. They can also be washed from the body by coffee, tea, alcohol and heavy perspiration. Physically stressful conditions can also deplete the body of B vitamins. So it is essential to replenish your supply.



B-vitamins are particularly important for the nervous system and are vital for good digestive function and enzyme reactions that control energy, circulation, hormones and overall health. Their actions are interdependent, so for maximum efficiency, you should take the entire complex at the same time.

### BENEFITS

- Supports nervous system functions.
- Aids in digestive functions.
- Enhances enzyme reactions controlling energy, circulation, hormones and overall health.

### NSP ADVANTAGE

The vitamins in Nature's Sunshine's B-complex are found in a unique base of acerola, inositol, lemon bioflavonoids, PABA, rose hips, rutin and wheat germ. These nutrients work synergistically with B-complex vitamins to help the body achieve maximum benefits.

### INGREDIENTS

		<u>%DV</u>
Vitamin B1 (thiamine)	100 mg	6,600
Vitamin B2 (riboflavin)	100 mg	5,880
Niacinamide (B3)	100 mg	500
Vitamin B6 (pyridoxine)	100 mg	5,000
Folic Acid	400 mcg	100
Vitamin B12	100 mcg	1,650
Biotin	300 mcg	100
Pantothenic Acid	100 mg	1,000
Choline (bitartrate)	100 mg	*

\*Daily Value not established

### RECOMMENDED USE

Take 1 capsule with a meal three times daily.

### COMPLEMENTARY PRODUCTS

- **Nutritional:** SAM-e, Stress-J, Cellular Energy, Adrenal Support.
- **Homeopathics:** Depressaqueel®, Distress Remedy, Fatigue/Exhaustion, Nervousness.
- **Essential Oils:** Lavender Fine AOC, Rose Bulgaria, Chamomile (Roman).

*Vitamin B-Complex (100)*

*Stock No. 1778-9*



Contact your local NSP Herb Specialist:

# Vitamin B-Complex

## Tome a diario Vitaminas del complejo B

Muchos componentes diferentes de las vitaminas B están agrupados bajo el nombre de "complejo B". Estas vitaminas se pierden fácilmente durante la cocción o al procesar o refinar los alimentos, y pueden ser lavados del cuerpo por el café, el té, el alcohol y la transpiración excesiva. Las condiciones de estrés físico pueden disminuir la cantidad de vitaminas B del cuerpo; es por eso que es esencial reabastecerlas a diario.

Las vitaminas B son particularmente importantes para el sistema nervioso y son vitales para una buena función digestiva y para la reacción enzimática que controla las hormonas y la salud general. Actúan interdependientemente, así que para usarlas más eficazmente deberá consumir todo el complejo B al mismo tiempo.



### BENEFICIOS

- Apoya las funciones del sistema nervioso.
- Ayuda las funciones digestivas.
- Mejora las reacciones enzimáticas, controlando la energía, la circulación, las hormonas y la salud general.

### LA VENTAJA DE VITAMIN B-COMPLEX

Las vitaminas en el complejo B de Nature's Sunshine están hechas en una base única de acerola, inositol, bioflavonoides de limón, PABA, rose hips, rutina y germen de trigo; para proveer un apoyo nutritivo adicional para los sistemas nervioso, circulatorio e inmunológico y para una nutrición vital.

Estos nutrientes actúan sinérgicamente con las vitaminas del complejo B para ayudar al cuerpo a lograr el máximo beneficio.

### INGREDIENTES

		<u>%VD</u>
Vitamina B1 (tiamina)	100 mg	6,600
Vitamina B2 (riboflavina)	100 mg	5,880
Niacinamida (B3)	100 mg	500
Vitamina B6 (piridoxina)	100 mg	5,000
Ácido Fólico	400 µg	100
Vitamina B12	100 µg	1,650
Biotina	300 µg	100
Ácido Pantoténico	100 mg	1,000
Colina (bitartrato)	100 mg	*

\* Valor Diario Recomendado no establecido

### RECOMENDACIÓN

Tome 1 cápsula con las comidas tres veces al día.

### PRODUCTOS COMPLEMENTARIOS

- **Nutritivos:** SAM-e, Stress-J, Cellular Energy, Adrenal Support.
- **Homeopáticos:** Depressaquel®, Distress Remedy, Fatigue/Exhaustion, Nervousness.
- **Aceites Esenciales:** Lavender Fine AOC, Rose Bulgaria, Chamomile (Roman).

*Vitamin B-Complex (100)*

*No. de stock 1778-9*



Su Especialista en Hierbas NSP es: