

## Nahrungsergänzungsmittel

# Folbene®

### Folsäure, Vitamin B<sub>6</sub> + Vitamin B<sub>12</sub>

tragen bei

- zur normalen Funktion des Immunsystems
- zu einem normalen Homocysteinstoffwechsel
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

Eine ausgewogene, von der Natur her vorgesehene Ernährung gewährleistet, dass unser Körper mit allen wichtigen Substanzen versorgt wird. Essen wir viel frisches Obst und Gemüse, achten wir auf eine schonende Zubereitung der Nahrungsmittel, meiden wir ein Übermaß der Genußmittel Kaffee, Alkohol, Zigaretten, sind wir ausreichend mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt, und nehmen in der Regel auch genügend Folsäure, Vitamin B<sub>6</sub> und Vitamin B<sub>12</sub> auf.

### Folsäure-, Vitamin B<sub>6</sub>-, bzw. Vitamin B<sub>12</sub>-haltige Lebensmittel

| Folsäure haltig   | µg / 100g | Vitamin B <sub>6</sub> haltig | µg / 100g | Vitamin B <sub>12</sub> haltig | µg / 100g |
|-------------------|-----------|-------------------------------|-----------|--------------------------------|-----------|
| • Bier (Pils)     | 6,3       | • Fleisch                     | 390-800   | • Fleisch                      | 60        |
| • Rinderleber     | 592       | • Fisch                       | 200-960   | (z.B. Kalbsleber)              |           |
| • grünes Gemüse   | 70-145    | • Weizen                      | 270       | • Eier                         | 1,9       |
| wie z. B. Spinat, |           | • Karotten                    | 270       | • Milch                        | 0,41      |
| Bohnen, Spargel   |           | • Spinat                      | 220       | • Makrelen                     | 9         |
| • Haselnuss       | 71        | • Pfirsich                    | 2600      | • Austern                      | 15        |
| • Eier            | 67        |                               |           |                                |           |

In Folbene® Kapseln sind die Vitamine Folsäure, Vitamin B<sub>6</sub> und Vitamin B<sub>12</sub> enthalten. Diese Vitamin-Kombination stellt eine sinnvolle Ergänzung zu den mit den üblichen Nahrungsmitteln aufgenommenen Mengen der B-Vitamine dar. Ein ausreichender Vitaminspiegel sorgt dafür, dass Homocystein im Rahmen gehalten wird. Vitamin B<sub>6</sub> und Vitamin B<sub>12</sub> unterstützen außerdem die normale Funktion des Nervensystems.

Mit Folbene® Kapseln ergänzen Sie Ihre Nahrung auf sinnvolle Art durch die Kombination aus den Vitaminen Folsäure, Vitamin B<sub>6</sub> und Vitamin B<sub>12</sub>. Somit tragen diese dazu bei, Müdigkeit und Ermüdung zu verringern, Ihrem Immunsystem zu seiner normalen Funktion zu verhelfen und fördern so Ihre Gesundheit und das Wohlbefinden Ihres Körpers.

**Verzehrempfehlung:**

Täglich 1 Kapsel nach einer der Hauptmahlzeiten mit ausreichend Wasser einnehmen.  
Hinweise: Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

In einer Kapsel Folbene® ist enthalten:

| Nährstoffe              | Menge  | % der empfohlenen Tagesdosis,<br>Referenzmenge |
|-------------------------|--------|------------------------------------------------|
| Vitamine:               |        |                                                |
| Folsäure                | 600 µg | 300 %                                          |
| Vitamin B <sub>6</sub>  | 5,4 mg | 386 %                                          |
| Vitamin B <sub>12</sub> | 9,0 µg | 360 %                                          |

Folbene® ist in Packungen zu 30 und 90 Kapseln in allen Apotheken erhältlich.

Vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt, trocken und nicht über 25 °C lagern.

**WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG**  
**Calwer Str. 7**  
**71034 Böblingen**  
**e-mail: [info@woerwagpharma.com](mailto:info@woerwagpharma.com)**

