

coralclub

Би-Прайм Директ

Брилянтен



Революция в медицината: как светът е научил за витамините от група В

Историята на витамините от група В започва със загадъчната болест бери-бери, която поражавала моряците в края на XIX век.

Японският лекар Такаки Канеиро установил, че здравите през този период хора се хранели с непочистен от обвивката ориз. Тези, които са консумирали изчистен ориз, са страдали от слабост и проблеми с нервната система. По-късно полският химик Казимир Функ отделил от оризовите трици вещество, предпазващо от болестта, и го нарекъл «витамин» (от лат. *vita* — живот).

Откриването на витамин В1 (тиамин)

Дало импулс за нови изследвания и в следващите десетилетия били намерени още 9 витамина от група В. Всички те се оказали много важни за поддържане на енергията, здравето на нервната система и кожата.



«Неофициалните витамини» В4 (холин) и В8 (инозитол)

Учените обърнаха внимание и на витаминоподобните вещества, които поддържат здравето на нервната система и нормалния метаболизъм в клетките. Днес те често са включвани в комплекси от витамини от група В.

Холин

Правилна
обмяна на
мазнини

Работа на
когнитивните
функции

Инозитол

Контрол на
нивото на
инсулин

Предаване на
нервните
импулси

Организмът се нуждае постоянно от витамините от група В, за да работи хармонично

В3 В5 В6 В7 В12

Обмяна на глюкоза

[1]

В1 В2 В3 В5

Имуна система [2]

В2 В3 В5 В9 В12

Опорно-двигателен
апарат [5]

В1 В3 В5 В6 В7 В12

Масна обмяна [1]

В1 В2 В3 В5 В9 В12

Когнитивни функции [3]

В2 В3 В5 В6 В7

Антиоксидантно
и противовъзпалително
действие [6,7]

В1 В3 В5 В6 В7 В9

Протеинова обмяна [1]

В1 В2 В3 В5 В6 В7

Баланс на микробиота [4]

В1 В3 В5 В6 В7 В12

Синтез на хормони
и невромедиатори [8,9]

За обогатяване на храненето с витамини В помагат следните продукти



01. Семки

B1

02. Елда

B1

03. Овес

B1 B8

04. Фъстъци

B1 B9

05. Бели гъби

B3 B5

06. Ядки

B3 B5 B7 B8

07. Черен дроб

B3 B4 B5 B7 B9 B12

08. Бобови

B7 B8 B9

09. Скумрия

B6

За обогатяване на храненето с витамини В помагат следните продукти



10



11



12



13



14



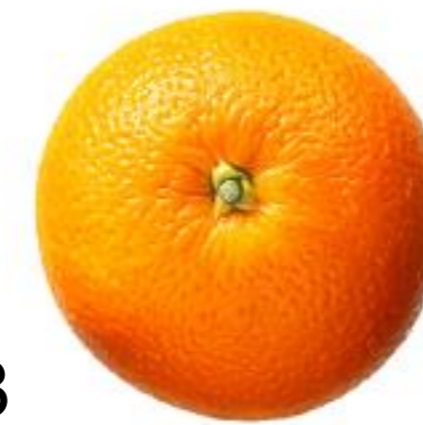
15



16



17



18

10. Орехи

B6

11. Спанак

B6

B9

12. Сладък картоф

B6

13. Яйца

B3

B4

B5

B7

14. Миди

B12

15. Херинга

B12

16. Месо

B4

B12

17. Съомга

B4

18. Цитруси

B8

Но има фактори,

които не ни позволяват пълноценно да получаваме витамините от храната



Алкохолът пречи на усвояването на витамините и ускорява извеждането им от организма



Продуктите с бързи въглехидрати — (печива, сладки храни, продукти за бързо хранене) — карат организма по-бързо да изразходва запаса от витамини, за да усвои въглехидратите



Промислената обработка на зърнените храни премахва от продуктите значителна част от витамините



Топлинната обработка и продължителното съхранение на продуктите на светлина също водят до загуба на витамини



Дефицитът на витамините от група В може да се прояви незабележимо на ранен етап

Добре е да се обърне внимание на тези симптоми:

Липса на енергия
и проблеми със съня

Бавно заздравяване
на рани и обриви по кожата

Чупливост на
коса и нокти

Слаб
имунитет

Раздразнителност
и безпокойство

Суха кожа
и лигавици

Рискови групи

Някои жизнени обстоятелства могат да повишат вероятността от дефицит на витамини

- Напреднала възраст
- Заболявания на СЧТ
- Заболявания, свързани с обмяната на веществата (например, диабет)
- Прием на някои лекарства (например, КОК*)
- Интензивни физически и умствени натоварвания
- Вредни навици





По-често от останалите с дефицит на витамини от група В се сблъскват вегетарианци и вегани

Тези, които не употребяват храни от животински произход, е особено важно да следят нивата на витамин В12, който на практика липсва в растителните продукти.

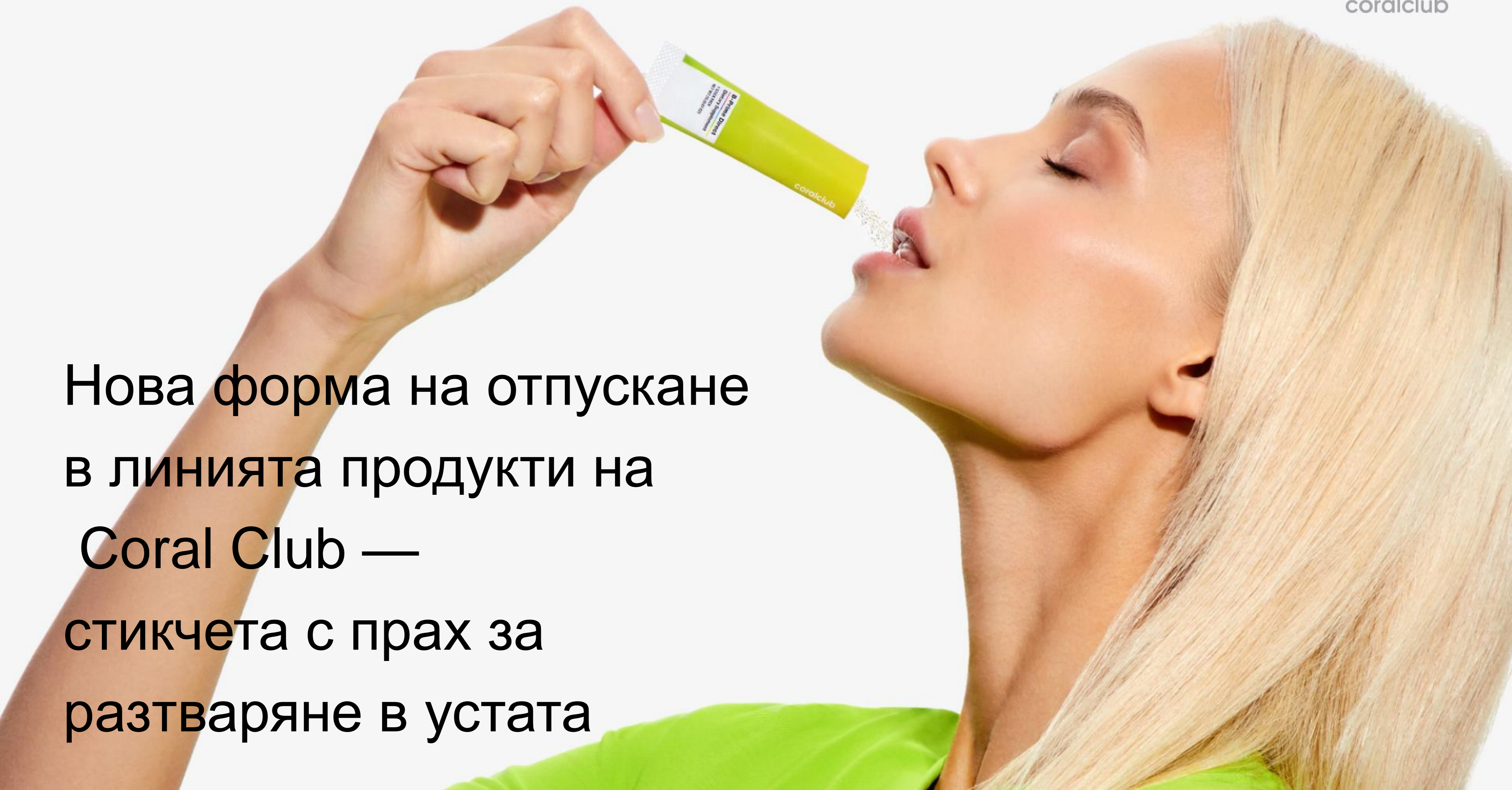
За да се компенсира ефективно дефицита на този витамин, може да се приемат хранителни добавки.

Би-Прайм Директ

Съвременен комплекс от витамини от група В в най-биодостъпни форми за ефективно компенсиране на дефицита и комплексна подкрепа за организма



Нова форма на отпускане
в линията продукти на
Coral Club —
стикчета с прах за
разтваряне в устата





Бързо усвояване

Прахът започва да действа почти веднага след попадането му върху езика, защото активните вещества се усвояват бързо през лигавицата на устата



Удобен прием

Не е нужно продукта да се разтваря във вода или да се приема с вода; гълта се по-лесно, отколкото таблетките




Мобилна опаковка

Идеален формат за активен начин на живот — малък и лек стик, който може да се носи навсякъде



10 витамина от група В в съвременна биодостъпна форма



B1	B2	B3	B4
Тиамина хидрохлорид	Рибофлавин 5-фосфат	Никотинамид	Холин цитрат
за поддържане на нервната система и въглехидратната обмяна	за енергийната обмяна и антиоксидантна защита	за здравето на кожата и нормална обмяна на веществата	за поддържане работата на мозъка и клетъчните мембрани
5 мг — 357%*	6 мг — 375%* активна форма***	30 мг — 167%* Не предизвиква зачервяване	100 мг — 20%*

*процент от препоръчаната дневна доза

**форма, която организмът може да ползва веднага за своите нужди без допълнителни химички преобразувания

10 витамина от група В в съвременна биодостъпна форма

В5

Калциев D-пантотенат

за подобряване
обмяната на веществата
и здравето на кожата

10 мг — 167%*

В6

Пиридоксал 5-фосфат

за метаболизма на протеините
и поддържане на нервната
система

3,5 мг — 175%*

активна форма

В7

D-биотин

за здравето на косата,
кожата и ноктите

150 мкг — 300%*

активна форма

процент от препоръчаната дневна доза

10 витамина от група В в съвременна биодостъпна форма

В8

Мио-инозитол

за предаване на нервните импулси и подобряване на психоемоционалното състояние

75 мг — 15%*

активна форма

В9

Калциев метилтетрахидрофолат

за здрав имунитет,
обновяване и възстановяване
на клетките

200 мкг — 100%*

патентована активна
форма Extrafolate-S®

В12

Метилкобаламин

метирирана форма за по-добро
усвояване; помага за повишаване на
енергията и поддържане на нервната
система

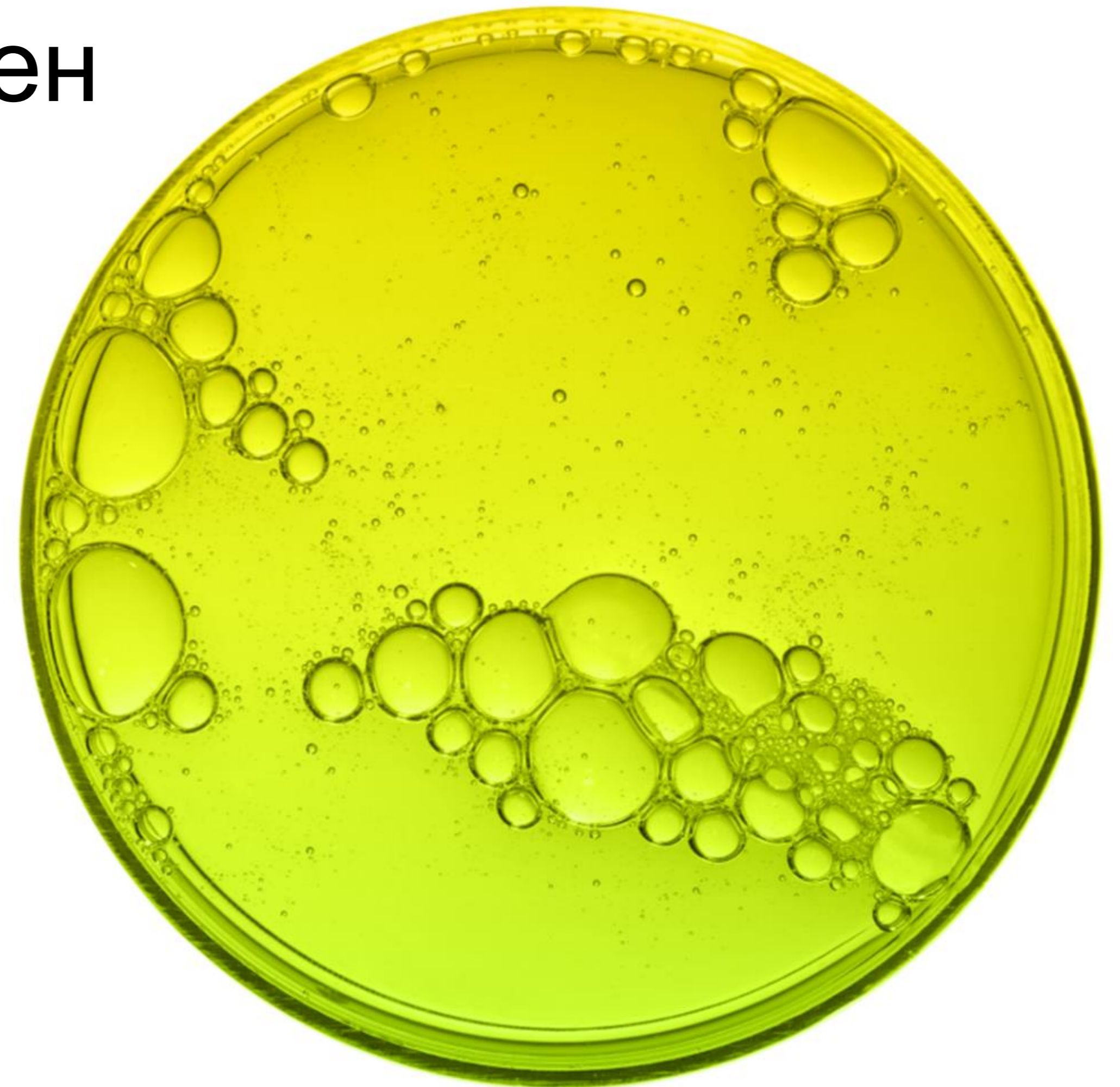
9 мкг — 900%*

процент от препоръчаната дневна доза

Патентована форма на витамин B9 ExtraFolate-S™: безопасен прием, бърз резултат

Предимства на активната форма на витамина
— метифолат (метилтетрахидрофолат):

- Използва се веднага от организма, докато обикновената фолиева киселина изисква предварително преобразуване в СЧТ
- Не маскира дефицита на витамин B12, което е възможно при високи дози на фолиева киселина



ExtraFolate-S[®]
Crystal

от френската компания
Gnosis by Lesaffre

1 порция Би-Прайм Директ



Магданоз

200 г



Царевица

350 г



Фасул

1,07 кг



Аншоа

170 г



Полутвърдо
сирене

630 г



Слънчогледови
семки

1 кг



Печена
пуйка

200 г

Би-Прайм Директ



Високо ниво на енергия и концентрация



Подобряване на паметта и работата на мозъка



Здрава кожа, коса, нокти



Висока устойчивост на стрес



Отлично настроение



Би-Прайм Директ: как се приема

1 стик-пакетче на ден, сутрин преди хранене

Не се разтваря във вода



Извадете
стикчето от
кутията



Разкъсайте по пунктираната
линия



Изсипете съдържанието на
стикчето директно върху езика



Оставете праха да се разтвори
върху езика, преди да го глътнете,
без да пиете вода

Би-Прайм Директ — Вашият енергиен бустер

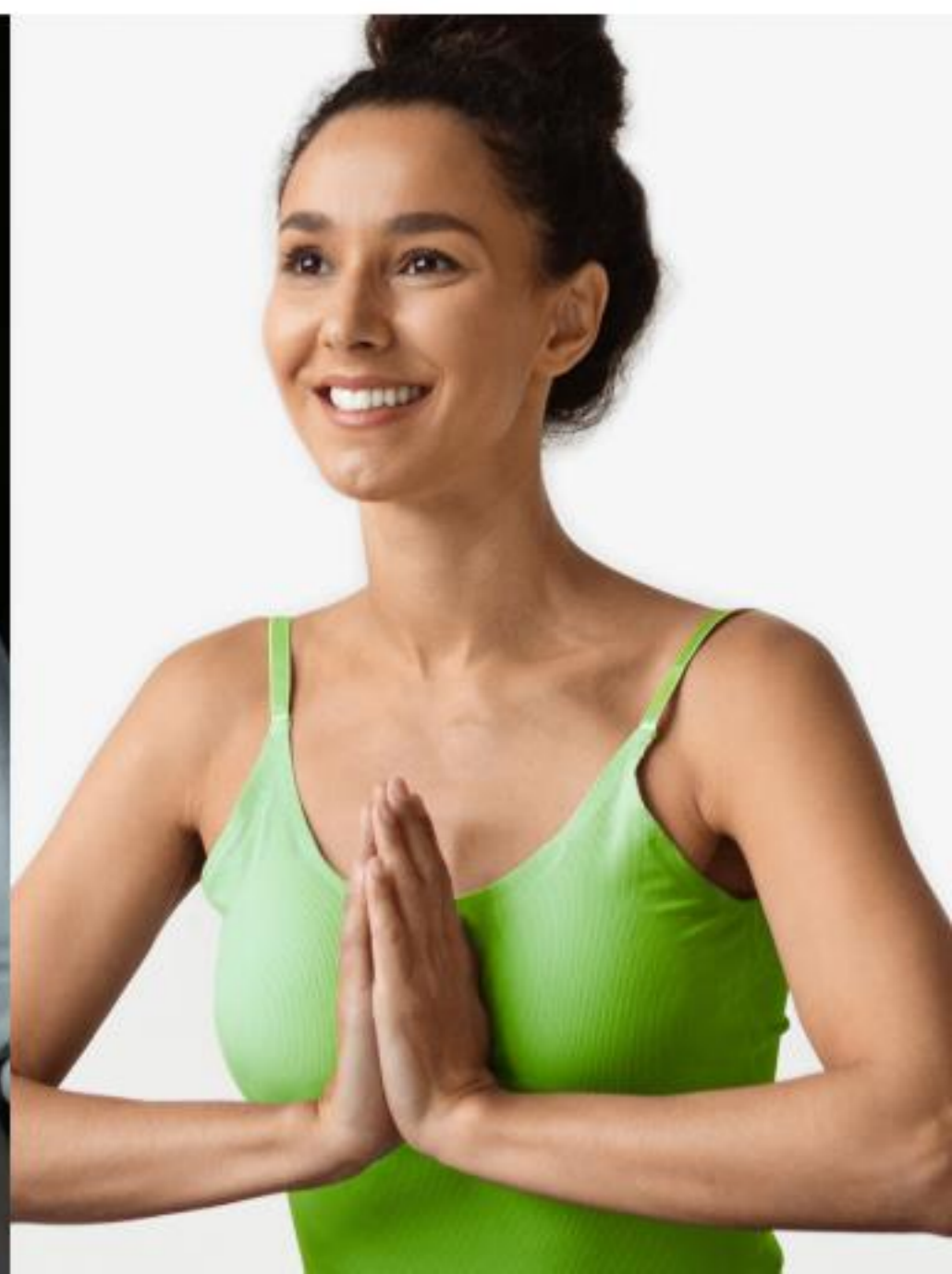
При голямо
умствено
натоварване

Преди или
след
тренировка

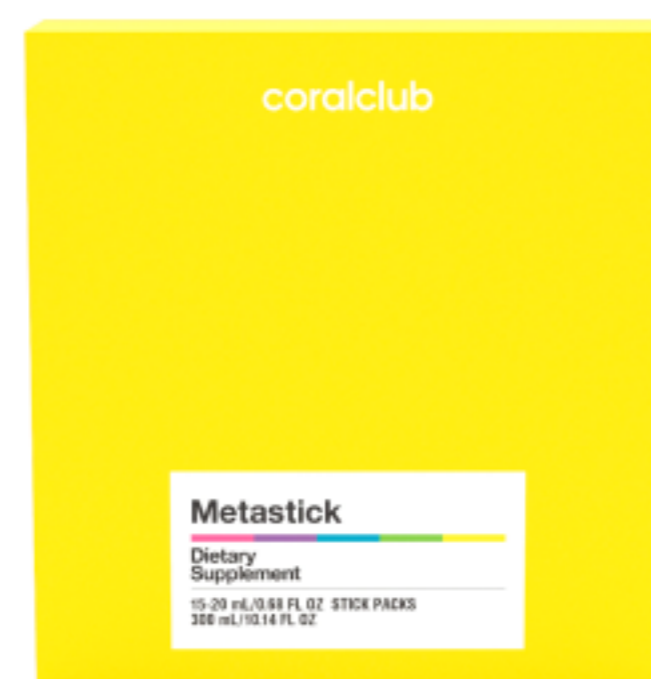
Преди
празненство

На път

При стрес



Би-Прайм Директ: най-добрите съчетания с продукти на Coral Club



Метастик

Комбинацията от витамини от група В и полезни бактерии още по-ефективно поддържа баланса на микрофлората. Про-, пре- и метабиотиците участват в синтеза на витамини В2, В6, В9 и В12, които също участват в обмяната на веществата и укрепват бариерните функции на червата



Слънчогледов лецитин

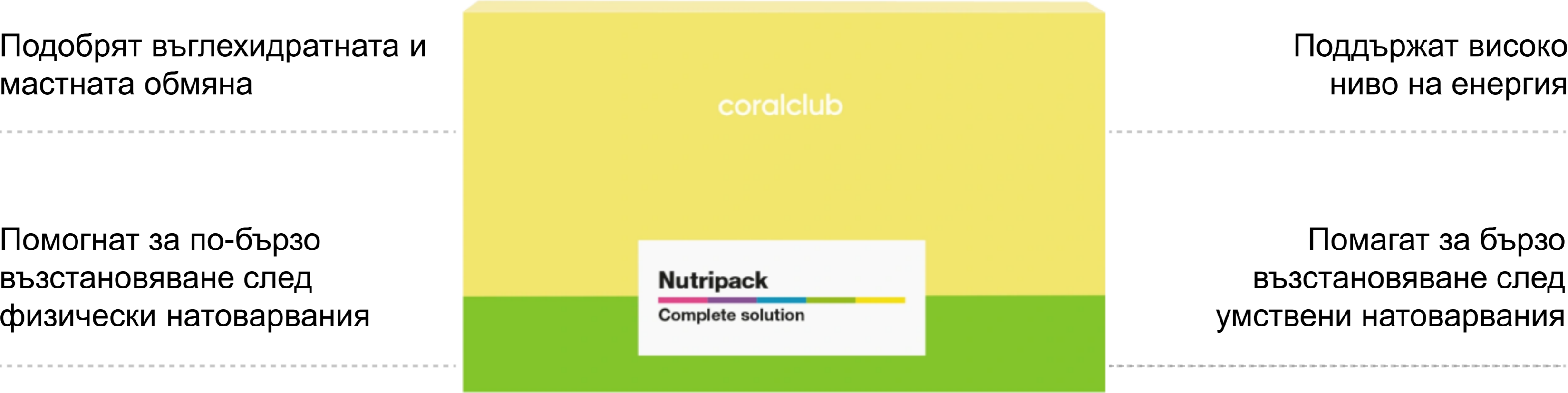
Витамините от група В допълват действието на лецитин, поддържайки работата на нервната система. Заедно помагат да се подобри работата на мозъка и да се защити организма от стреса

Допълнете 4-та стъпка от концепция на здравето с Би-Прайм Директ

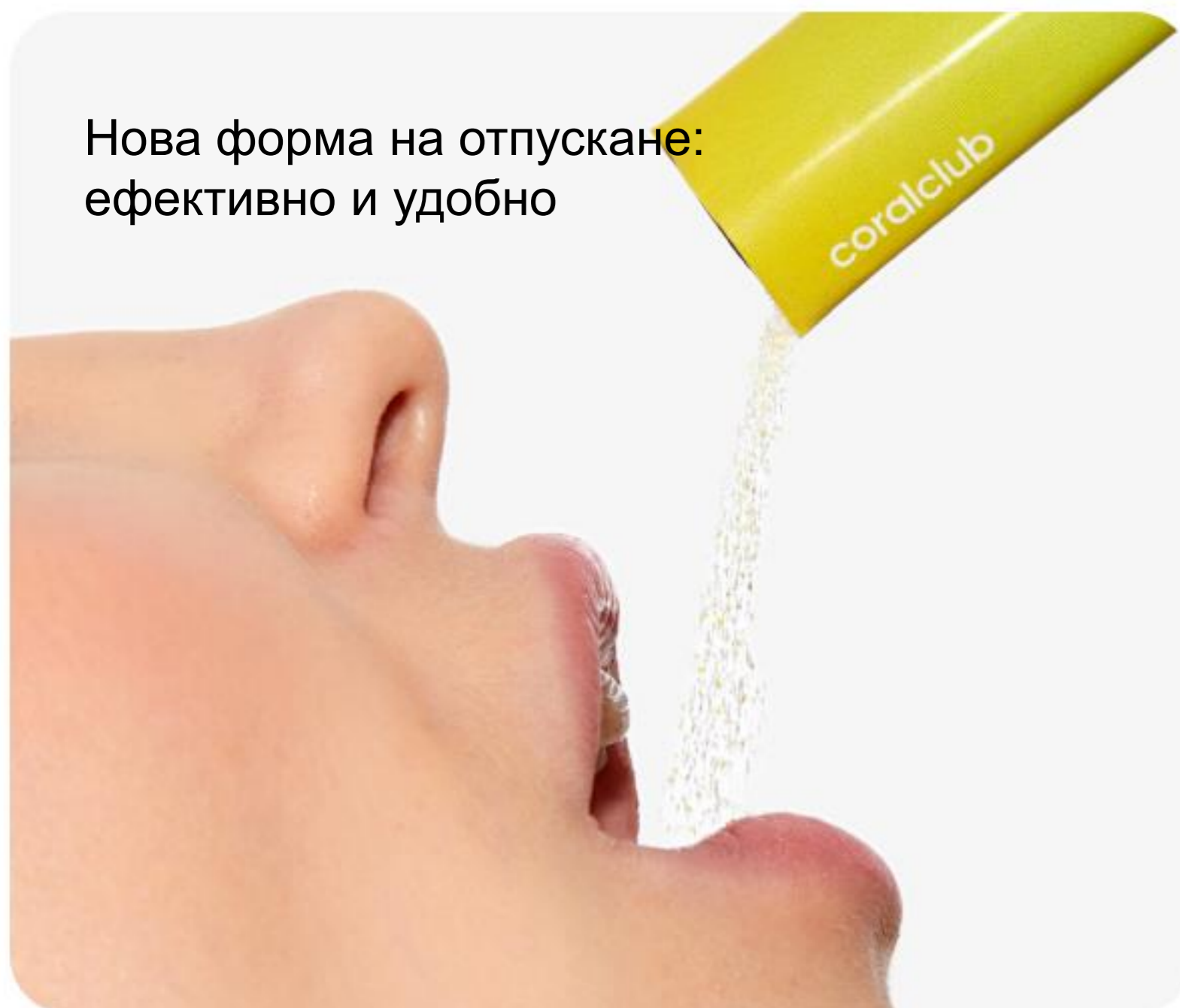


Етапи на Концепция на здравето.

Витамините от група В ще засилят действието на Нутрипак като:



Нова форма на отпускане:
ефективно и удобно



Би-Прайм Директ

Брилянтен



coralclub

Високо
съдържание на витамини

10 витамина от група В
в най-съвременна форма



Ярък цитрусов
вкус без захар



Литературни източници

1. Bender D. A., Cunningham S. M. C. Introduction to nutrition and metabolism. – CRC Press, 2021.
2. Peterson C. T. et al. B vitamins and their role in immune regulation and cancer //Nutrients. – 2020. – Т. 12. – №. 11. – С. 3380.
3. Calvaresi E., Bryan J. B vitamins, cognition, and aging: a review //The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. – 2001. – Т. 56. – №. 6. – С. P327-P339.
4. Wibowo S., Pramadhani A. Vitamin B, Role of Gut Microbiota and Gut Health //Vitamin B and Vitamin E-Pleiotropic and Nutritional Benefits. – 2024.
5. Dai Z., Koh W. P. B-vitamins and bone health—a review of the current evidence //Nutrients. – 2015. – Т. 7. – №. 5. – С. 3322-3346.
6. Olfat N., Ashoori M., Saedisomeolia A. Riboflavin is an antioxidant: A review update //British Journal of Nutrition. – 2022. – Т. 128. – №. 10. – С. 1887-1895.
7. Lotto V., Choi S. W., Friso S. Vitamin B6: a challenging link between nutrition and inflammation in CVD //British Journal of Nutrition. – 2011. – Т. 106. – №. 2. – С. 183-195.

8. Kennedy D. O. B vitamins and the brain: mechanisms, dose and efficacy—a review //Nutrients. – 2016. – T. 8. – №. 2. – C. 68.
9. Tamanna T. et al. Role of Vitamins in Health and Disease: A Vitamin B Perspective //Hydrophilic Vitamins in Health and Disease. – Cham : Springer International Publishing, 2024. – C. 67-86.