



IJzer is essentieel voor de opbouw van hemoglobine, de stof die het lichaam van zuurstof voorziet. Het wordt beter door het lichaam opgenomen in de aminozuurgebonden vorm. De andere ingrediënten van IJzer-25-complex stimuleren de opname (vitamine C) en verwerking van ijzer door het lichaam. Bevat niacine. Kort na inname kan dit een rode verkleuring van de huid geven, soms met wat jeuk (flush). Dit verdwijnt weer snel en is volkomen onschuldig.

**Ingrediënten:**

Eén tablet bevat: 30mg vitamine C (ascorbinezuur), 2 mg vitamine B1 (thiaminemononitrat), 2mg vitamine B2 (riboflavine), 10mg vitamine B3 (niacine), 10mg vitamine B5 (calcium-d-pantothenaat), 2mg vitamine B6 (pyridoxine HCl), 50mcg vitamine B12 (cobalamine), 200mcg, foliumzuur, 25mg ijzer (aminozuur gebonden), 500mcg mangaan (gluconaat), 50mcg jodium (kaliumjodide), 25mcg koper (gluconaat) Hulpstoffen: Dicalciumfosfaat, maltodextrine, plantaardige vet, cellulose, stearinezuur, siliciumdioxide, magnesiumstearaat, HPMC (coating).

**Gebruik:**

Neem 1 tablet dagelijks, na de grootste maaltijd. Niet innemen met koffie, thee of melk, maar bij voorkeur met vruchtensap.