



## **Vitamina b3 niacina 100 mg 250 cps SWANSON**

Vitamina B3 constituie un factor important în hrănire, participând activ la metabolismul proteinelor, glucidelor și lipidelor, deci la metabolismul general al organismului. De asemenea, niacina este esențială pentru corp deoarece :

este un factor antipelagros de primă importanță;  
are acțiune vasodilatatoare la nivelul pielii;  
servește la buna funcționare a sistemului nervos central;  
stimulează secreția gastrică;

scade nivelul colesterolului;  
menține sănătatea pielii, a limbii și a țesuturilor digestive;  
favorizează circulația cerebrală și coronariană;  
scade tensiunea arterială;  
stimulează secreția gastrică și eliminarea bilei;  
îlesnește asimilarea fierului etc.

Vitamina B3 este indicată în pelagra, herpes, acnee, prurit, tulburări circulatorii periferice, degerături, afte, inflamații bucale, enterocolita, diferite psihoze, stări depresive, în diaree, hipertensiune arterială și ateroscleroză, respirație dificilă, alcoolism, stres, insomnii, artrita, indigestii, cefalee, amețeli, iritabilitate, senzație de rău general etc.

Eficiența acestei vitamine sporește prin asociere cu vitaminele B15 B2, B5 și C, fiind diminuată de consumul de alcool, precum și de administrarea de sulfamide, somnifere, penicilină etc.  
Vitamina B3 (Niacina)

Ingredient activ	Cantitate	DZR
Niacina (acid nicotinic)	100mg	625%

Alte ingrediente: carbonat de calciu, celuloză microcristalină, acid stearic, croscarmeloză de sodiu, stearat de magneziu, glazura.

Doza zilnică recomandată: o jumătate de comprimat. A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic. Produsul este un supliment alimentar și nu trebuie să înlocuiască o dietă variată și echilibrată și un stil de viață sănătos. A se păstra la temperatura camerei, ferit de căldură, umiditate și lumină excesivă. A nu se lăsa la îndemâna și la vederea copiilor mici. Atenție! Pot apărea efecte secundare precum înroșirea pielii, înroșirea pielii la nivelul feței, mâncărimi, iritații. Sunt reacții normale datorită efectului de vasodilatație la nivelul pielii, care pot apărea la anumite persoane. Aceste efecte vor dispărea într-un interval de 20-30 min. de la instaurare. Indicații: este indicată hidratarea organismului cu o cantitate de apă corespunzătoare, iar dacă efectele mai apar să se micșoreze doza administrată iar apoi să se mărească iarăși treptat.