

# «Рацеовит витамино-минеральный комплекс»

## Инструкция по применению БАД к пище

**Торговое наименование:** Биологически активная добавка к пище «Рацеовит витаминно-минеральный комплекс»

**Состав:** витаминно-минеральный премикс (целлюлоза микрокристаллическая (носитель), кальция гидроортофосфат, магния оксид, поливинилпирролидон (загуститель), DL-альфа-токоферола ацетат (витамин Е), магниевая соль стеариновой кислоты (агент антислеживающий), диоксид кремния аморфный (агент антислеживающий), никотинамид (витамин РР), железа (II) fumarat, D-пантотенат кальция (витамин В<sub>5</sub>), цинка оксид, мальтодекстрин, бета-каротин, рибофлавин (витамин В<sub>2</sub>), пиридоксина гидрохлорид (витамин В<sub>6</sub>), тиамин мононитрат (витамин В<sub>1</sub>), ретинола ацетат (витамин А), марганца сульфат, меди сульфат, L-аскорбиновая кислота (витамин С), фолиевая кислота (витамин В<sub>9</sub>), хрома (III) хлорид, натрия молибдат (VI), селенит натрия, фитоменадион (витамин К), холекальциферол (витамин D), цианокобаламин (витамин В<sub>12</sub>)), L-аскорбиновая кислота (витамин С), гидроксипропилцеллюлоза (загуститель), карбонат кальция (краситель (поверхностный)), полиэтиленгликоль (лазирователь), тальк (агент антислеживающий), гидроксипропилцеллюлоза (загуститель), оксид железа желтый (краситель), оксид железа черный (краситель).

**Описание:** овальные двояковыпуклые таблетки, покрытые пленочной оболочкой от светло-желтого до светло-коричневого цвета с риской. Допускается шероховатость поверхности. На поперечном разрезе ядро от бежевого до коричневого цвета. Допускается наличие вкраплений разных цветов.

**Область применения:** для реализации населению в качестве биологически активной добавки к пище – дополнительного источника витаминов В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>5</sub> (пантотеновой кислоты), В<sub>6</sub>, В<sub>9</sub> (фолиевой кислоты), В<sub>12</sub>, А, D (в 1 таблетке 560 МЕ), Е, РР, С, бета-каротина, макро- и микроэлементов: кальция, магния, железа, марганца, меди, цинка, хрома, молибдена, селена, фосфора, содержащей витамин К. Важнейшим условием сохранения здоровья, нормального роста и развития организма человека является рациональное питание. Сегодня ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что полноценное питание характеризуется не только энергетической ценностью продуктов, но только сбалансированностью рациона по белкам, жирам и углеводам, но и обеспеченностью витаминами, макро- и микроэлементами.

Отсутствие какого-либо из витаминов или минеральных веществ в пище ведет к недостаточному образованию в организме определенных жизненно-важных ферментов и, как следствие, к специфическому нарушению обмена веществ.

Одним из наиболее реальных и вместе с тем эффективных путей решения оптимизации витаминного и минерального статуса – использование витаминно-минеральных комплексов (ВМК).

Основным принципом создания БАД «Рацеовит витаминно-минеральный комплекс» является включение в состав витаминов и минеральных веществ, соответствующих физиологической потребности организма, что является необходимым условием для предупреждения и профилактики недостаточности витаминов и минеральных веществ при длительности приема 1 месяц.

Действие витаминно-минерального комплекса обусловлено:

### **Витамины**

- **Витамин А** и бета-каротин способствуют нормальному росту и развитию организма, участвуют в формировании иммунной системы, повышают сопротивляемость организма к различным инфекциям. Нормализуют зрительную функцию. Являются важнейшими компонентами антиоксидантной защиты организма;
  - **Витамин D** необходим для усвоения кальция, поддерживающего здоровье костей и зубов. Кроме того, витамин D способствует укреплению иммунитета и нормализации нервно-мышечной функции;
  - **Витамин Е** обладает антиоксидантными свойствами, улучшает состояние иммунной системы. Поддерживает стабильность клеточных мембран, защищая их от повреждения;
  - **Витамин В<sub>1</sub>** способствует нормальному функционированию нервной системы, участвует в углеводном обмене;
  - **Витамин В<sub>2</sub>** – важнейший катализатор процессов клеточного дыхания, участвует во всех видах обмена, в поддержании нормальной зрительной функции, сохраняет нормальную структуру и функцию слизистых оболочек;
  - **Витамин В<sub>6</sub>** участвует в синтезе нейромедиаторов, поэтому имеет важное значение для нормальной функции центральной и периферической нервной системы, принимает участие в белковом обмене, играет важную роль в процессах синтеза гемоглобина;
  - **Витамин В<sub>12</sub>** участвует в синтезе нуклеотидов, является важным фактором нормального роста, кроветворения и развития эпителиальных клеток;
  - **Витамин В<sub>9</sub>** участвует в воспроизводстве генетического материала, в том числе ферментных элементов крови, в синтезе аминокислот, нуклеиновых кислот, имеет важное значение в образовании гемоглобина в эритроцитах;
  - **Витамин РР** участвует в процессах тканевого дыхания, жирового и углеводного обмена. Снижает уровень общего холестерина. Регулирует высшую нервную деятельность и функции органов пищеварения;
  - **Витамин В<sub>5</sub>** играет большую роль в регуляции процессов окисления. Участвует в процессах метаболизма жиров, углеводов и липидов. Способствует заживлению ран, стимулирует синтез антител;
  - **Витамин К** обеспечивает нормальное свертывание крови. Недостаточное содержание витамина в организме повышает риск развития кровотечений. Он также участвует в поддержании проницаемости и прочности сосудистой стенки, ускоряет заживление ран.
  - **Витамин С** укрепляет иммунную систему, повышает устойчивость к вирусным и бактериальным инфекциям, помогает снизить тяжесть протекания простудных заболеваний и уменьшить их продолжительность. Также витамин С необходим для синтеза коллагена – белка, составляющего основу соединительной ткани и обеспечивающего прочность кожи, сухожилий, связок, кровеносных сосудов.
- ### **Минералы**
- **Кальций** необходим для формирования костного вещества, свертывания крови, сокращения скелетных и гладких мышц, нормальной деятельности миокарда;
  - **Фосфор** укрепляет костную ткань и зубы, усиливает минерализацию, а также участвует в процессах энергетического обмена;
  - **Железо** участвует в процессах кроветворения, в составе гемоглобина обеспечивает транспорт кислорода в ткани.

Способствует поддержанию клеточного и местного иммунитета;

- Медь принимает участие в формировании эритроцитов и гемоглобина, участвует в транспорте железа, нормализует уровень гемоглобина. Поддерживает здоровье нервной системы. Участвует в выработке эластина и коллагена;
- Цинк участвует в метаболизме нуклеиновых кислот, белков, жиров, углеводов, жирных кислот и гормонов. Стабилизирует иммунные процессы организма. Играет важнейшую роль в процессах регенерации кожи, роста волос и ногтей, секрети сальных желез;
- Марганец участвует в тканевом дыхании, антиоксидантной защите клеток организма, обеспечивает стабильность структуры клеточных мембран;
- Хром участвует в регуляции синтеза жиров и обмена углеводов. Вместе с инсулином действует как регулятор уровня сахара в крови, обеспечивает нормальную активность инсулина. Способствует выведению из организма токсинов, солей тяжелых металлов;
- Магний имеет большое значение в регуляции сократительной функции миокарда, обеспечивает нормальный сердечный цикл. Способствует лучшей переносимости стрессов и уменьшению депрессии;
- Молибден входит в состав ферментов, участвующих во многих окислительно-восстановительных реакциях в организме;
- Селен оказывает антиоксидантное действие, снижает воздействие на организм внешних негативных факторов (неблагоприятной экологии, стрессов, курения, химических канцерогенов, радиации), способных усиливать образование свободных радикалов.

**Регулярное поступление витаминов и минералов необходимо:**

- при несбалансированном и неполноценном питании;
- при сезонном гиповитаминозе в зимне-весенний период;
- людям, ведущим активный образ жизни;
- спортсменам, особенно во время усиленных тренировок;
- при повышенных умственных нагрузках, стрессовых ситуациях;
- во время заболевания и в период выздоровления (во время эпидемии гриппа и других ОРВИ для повышения сопротивляемости организма к инфекциям).

**Рекомендации по применению:** взрослым по 1 таблетке 1 раз в день во время еды. Продолжительность приема – 1 месяц. При необходимости прием можно повторить. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Биологически активные вещества (БАВ)	Содержание БАВ в суточной дозе (1 таблетка)	% от рекомендуемого уровня суточного потребления* / % от адекватного уровня потребления**
Витамин А	1,6 мг РЭ	200*,***
Бета-каротин	5 мг	100**
Витамин D	14 мкг (560 МЕ)	280*,***
Витамин E	48 мг ТЭ	480*,***
Витамин B <sub>1</sub>	1,8 мг	129*,***
Витамин B <sub>2</sub>	2,2 мг	138*,***
Витамин B <sub>6</sub>	2,2 мг	110*,***
Витамин B <sub>12</sub>	0,005 мг	500*,***

Витамин B <sub>9</sub> (фолиевая кислота)	0,094 мг	47
Витамин PP	20 мг	111*,***
Витамин B <sub>5</sub> (пантотеновая кислота)	9 мг	150*,***
Витамин K	0,016 мг	13**
Витамин C	60,1 мг	100*
Кальций	245 мг	25*
Фосфор	145 мг	18*
Железо (II)	10 мг	71*
Медь	0,44 мг	44**
Цинк	9 мг	60*
Марганец	0,9 мг	45**
Хром (III)	0,038 мг	76**
Магний	148 мг	37*
Молибден (VI)	0,022 мг	31**
Селен	0,019 мг	27*

\* согласно требованиям ТР ТС 022/2011, Приложение 2;

\*\* согласно Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к продукции (товарам), подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю) (Глава II, Раздел 1, Приложение 5);

\*\*\* не превышает верхний допустимый уровень потребления.

**Противопоказания:** индивидуальная непереносимость компонентов продукта, беременность, кормление грудью.

**Форма выпуска:** таблетки, покрытые пленочной оболочкой, массой 1710 мг.

**Условия хранения:** хранить в сухом, недоступном для детей месте, в закрытой упаковке при температуре не выше 25°C.

**Срок годности** – 3 года.

**Предприятие-изготовитель:**

АО «ПФК Обновление», юридический адрес: Российская Федерация, 633621, Новосибирская обл., Сузунский район, рп. Сузун, ул. Комиссара Зятякова, д. 18 (адрес производства: Российская Федерация, 630096, г. Новосибирск, ул. Станционная, д. 80), тел./факс: 8(800) 200-09-95

**Претензии направлять по адресу:**

АО «ПФК Обновление», Российская Федерация, 630096, г. Новосибирск, ул. Станционная, д. 80, e-mail: pretenzii@pfk-obnovlenie.ru

СГР АМ.01.20.01.003.R.000599.11.24 от 26.11.2024 г.  
ТУ 10.89.19-221-47509455-2024

