

# ЛИСТОК-ВКЛАДЫШ КОМПЛЕКС ВИТАМИННО-МИНЕРАЛЬНЫЙ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА К ПИЩЕ

## «СЕЛМЕВИТ®»

Таблетки, покрытые пленочной оболочкой

Не является лекарственным средством

ТУ 10.89.19-051-00480684-2023

**Состав:** носитель целлюлоза микрокристаллическая, магния гидрофосфата тригидрат, магния цитрат, L-метионин, кальция карбонат, готовая пленочная оболочка [загуститель гидроксипропилцеллюлоза [E463], краситель диоксид титана [E171], загуститель полидекстроза [E1200], агент антислеживающий тальк [E553(iii)], загуститель декстрин [E1400], загуститель глицерин [E422]], аскорбиновая кислота [витамин С], стабилизатор кальциевая соль стеариновой кислоты, dl-α-токоферола ацетат [витамин Е], железа сульфата гептагидрат, рутин [рутозид], цинка сульфата гептагидрат, агент антислеживающий кремния диоксид коллоидный [E 551], марганца сульфата пентагидрат, стабилизатор поливинилпирролидон, никотинамид [витамин В3], ретинола ацетат

(витамин А), кальция пантотенат [витамин В5], меди сульфата пентагидрат, пиридоксина гидрохлорид [витамин В6], рибофлавин [витамин В2], тиоктовая кислота [α-липовая кислота], тиамин гидрохлорид [витамин В1], комплексная пищевая добавка [агент влагоудерживающий поливиниловый спирт [E1203], агент антислеживающий тальк [E553(iii)], соевый порошок, краситель диоксид титана [E171]], натрия селенит, фолиевая кислота [витамин В9], глазирователь воск карнаубский 1400 [E 903], краситель азорубин [E 122], цианокобаламин [витамин В12].

Содержит краситель [азорубин], который может оказывать отрицательное влияние на активность и внимание детей.

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА	СОДЕРЖАНИЕ В СУТОЧНОЙ ДОЗЕ (1 ТАБЛЕТКА)	% ОТ НОРМЫ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ПОТРЕБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 15-17 ЛЕТ*		% ОТ СРЕДНЕСУТОЧНОГО УРОВНЯ ПОТРЕБЛЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ <sup>1</sup>
		ЮНОШИ	ДЕВУШКИ	
ВИТАМИН А	0,533 мг РЭ	53	67	67
ВИТАМИН Е	7,5 мг ТЭ	50	50	75
ВИТАМИН С	35 мг	39	50	58
ВИТАМИН В1	0,581 мг	39	45	42
ВИТАМИН В2	1 мг	56	67	63
ВИТАМИН В3	4 мг	20	22	22
ВИТАМИН В5	2,5 мг	50	63	42
ВИТАМИН В6	1,06 мг	53	66	53
ВИТАМИН В9	0,05 мг	13	13	25
ВИТАМИН В12	0,0019 мг	63	63	190 <sup>2</sup>
РУТИН <sup>3</sup>	9,5 мг	-	-	32
L-МЕТИОНИН <sup>3</sup>	100 мг	-	-	6
СЕЛЕН	0,025 мг	50	50	36
ЦИНК	2 мг	17	17	13
МАГНИЙ	40 мг	10	10	10
ЖЕЛЕЗО	2,5 мг	17	14	18
МАРГАНЕЦ	1,25 мг	42	42	63 <sup>3</sup>
МЕДЬ	0,4 мг	40	40	40 <sup>3</sup>

1 – ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки».

2 – Методические рекомендации МР 2.3.1.0253-21 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации».

3 – «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» [Приложение 5].

\* – содержание не превышает верхний допустимый уровень потребления.

### Пищевая ценность 1 таблетки:

углеводы — 0,03г, белки — 0,1г, жиры — 0,02г; энергетическая ценность — 1,3 ккал/ 5 кДж.

Действие БАД к пище «Селмевит®» обусловлено свойствами входящих в состав компонентов.

Комплекс витаминов, минералов и биологически активных веществ, являющихся важными факторами метаболических процессов, поддержки нормального функционирования всех органов и систем организма, усиления адаптационных возможностей организма.

Витамино-минеральный комплекс способен помочь в обеспечении физиологической потребности в витаминах и минеральных веществах, дополнить рацион питания, снизить риск состояния дефицита широкого перечня микронутриентов.

Активные компоненты «Селмевит®» непосредственно участвуют в процессах тканевого дыхания и энергетического обмена, а также в системе антиоксидантной защиты организма.

Состав сбалансирован с учетом рекомендуемых уровней потребления микронутриентов.

В основе механизма множества процессов нарушений функционирования органов и систем организма лежит одно и то же явление — повреждение клеточных структур. Основным фактором повреждения являются свободные радикалы, образование которых усиливается при воздействии на организм негативных факторов (химических агентов, стрессов, инфекционных процессов, излучений, чрезмерные умственные и физические нагрузки). Свободные радикалы начинают взаимодействовать с липидами клеточных мембран, повреждая их. Следствием этого считают формирование опухолей, усугубление воспалительных процессов, ускоренное старение тканей.

Повреждение митохондрий («энергетических станций» клеток) приводит к нарушению выработки в них энергии (тканевого дыхания). Учитывая высокую потребность нейронов в энергии, проявления таких нарушений (энергетического обмена) со стороны нервной системы связывают

с прогрессированием неврологических расстройств и нейродегенеративных заболеваний. Антиоксиданты-микронутриенты (витамины, минералы, биологически активные вещества) нейтрализуют агрессивные радикалы, тормозят развитие цепной реакции образования новых радикалов, помогают организму защищать клеточные структуры от повреждения, снижать уровень повреждения тканей и, соответственно, выраженность проявлений повреждений. Комплекс антиоксидантов способствует защите клеток органов и систем организма от повреждения свободными радикалами, помогает сохранить и поддержать в них выработку энергии, что улучшает переносимость высоких нагрузок.

**Витамин А** обладает антиоксидантными свойствами, играет важную роль в процессах дифференцировки эпителиальной и костной ткани, репродукции, поддержания иммунитета. Повышает барьерную функцию слизистых оболочек, повышает сопротивляемость организма к вирусным и бактериальным инфекциям. Участвует в синтезе зрительных пигментов, необходим для сумеречного и цветового зрения. Необходим для формирования и роста костей, для здорового состояния кожи, зубов, волос. Стимулирует биологическую активность цинка.

**Витамин Е** обладает выраженными антиоксидантными свойствами, способствует укреплению иммунитета и повышению защитных сил организма. Оказывает положительное влияние на функции половых желез, нервной и мышечной ткани, участвует в процессах кроветворения. При недостатке в организме витамина Е повышаются подверженность инфекционным заболеваниям, риск воспалительных процессов, появляется мышечная слабость.

**Витамин С** играет важную роль в работе иммунной системы, способствует повышению устойчивости организма к инфекциям; обеспечивает синтез коллагена; участвует в формировании и поддержании структуры и функции хрящей, костей, зубов; участвует в созревании эритроцитов, в регенерации тканей. Витамин С способствует поддержанию в здоровом состоянии кожи,

снижает воспалительные реакции. Обладает выраженными антиоксидантными свойствами, нормализует проницаемость капилляров. Участвует в функционировании центральной и периферической нервной системы, положительно влияет на когнитивные функции посредством участия в синтезе нейромедиаторов ЦНС.

**Витамины группы В** играют ключевую роль во многих процессах функционирования ЦНС, передачи процессов возбуждения и торможения в ЦНС, обладают нейропротективным (препятствие повреждению нервной ткани) и нейротрофическим (улучшение питания нервной ткани) действием. Их объединяет высокая значимость для нормального функционирования нервной ткани, а также активное участие во всех видах обмена в организме. Они участвуют в проведении нервного импульса в синапсах, в синтезе нейромедиаторов, в формировании оболочки нервов, оказывают положительное влияние на регенерацию нервной ткани, помогают преодолеть период высоких психоэмоциональных и умственных нагрузок, сопровождающихся снижением работоспособности. Предполагается, что они необходимы для предупреждения развития синдрома хронической усталости.

**Витамин В1** играет важную роль в углеводном, белковом и жировом обменах, а также в функционировании нервной системы, в процессах проведения нервного возбуждения в синапсах. Способствует повышению иммунной защиты организма, предупреждает развитие физической и психической утомляемости.

**Витамины В2** — важнейший катализатор процессов клеточного дыхания, участвует в углеводном, белковом и жировом обменах, в поддержании нормальной зрительной функции глаза, синтезе гемоглобина. При недостатке витамина В2 характерны появление трещины на губах и в углах рта, конъюнктивит.

**Витамин В6** необходим для нормального функционирования центральной и периферической нервной системы, участвует в синтезе нейромедиаторов, улучшает переносимость психо-эмоциональных нагрузок, уменьшает раздражительность, повышает умственную работоспособность; облегчает адаптацию организма в условиях стресса.

**Витамин В3** (никотинамид) участвует в процессах тканевого дыхания, жирового и углеводного обмена. Недостаточность витамина В3 в организме характеризуется нарушениями стула, дерматитами и психическими расстройствами. Предполагается, что витамины группы В могут способствовать снижению риска развития синдрома хронической усталости.

**Витамины В5** участвует в углеводном и жировом обмене, в процессах окисления, имеет большое значение для процессов роста; способствует регенерации кожных покровов и слизистых, участвует в передаче нервных импульсов.

Недостаточность витамина В5 может проявляться дерматитами, желудочно-кишечными расстройствами, мышечной слабостью, нарушениями работы сердечно-сосудистой системы, поражением мелких артерий и онемением стоп.

**Фолиевая кислота (В9)** принимает участие в синтезе аминокислот, нуклеотидов, нуклеиновых кислот, необходима для процессов кроветворения, улучшает регенерацию поврежденных тканей.

**Витамины В12** является важным фактором нормального роста, кроветворения и развития эпителиальных клеток, необходим для метаболизма фолиевой кислоты и синтеза миелина, образующего оболочку нервных волокон. Повышает способность тканей к регенерации. Снижает риск развития анемии и хронической усталости. Сочетание витаминов В12 и В9 (фолиевой кислоты) поддерживает когнитивные функции, функцию памяти.

**Тиоктовая кислота** (липоевая кислота) — витаминоподобное вещество, участвует в регуляции липидного и углеводного обменов, оказывает липотропный эффект, влияет на обмен холестерина, улучшает функцию печени. Улучшает питание нервных клеток, поддерживает когнитивные функции и функцию памяти.

**Рутин** — флавоноид, обладает антиоксидантными свойствами, предотвращает окисление аскорбиновой кислоты. Рутин в сочетании с витамином С укрепляет сосудистую стенку, уменьшает ломкость капилляров и проницаемость сосудов, что улучшает кровоснабжение тканей всех органов и систем организма.

**Метинин** — аминокислота, оказывает метаболическое, гепатопротекторное, антиоксидантное действие. Участвует в обмене многих биологически важных соединений, активирует действие гормонов, витаминов, ферментов, белков.

**Селен** оказывает антиоксидантное действие, снижает воздействие на организм внешних негативных факторов (неблагоприятной экологии, стрессов, курения, химических канцерогенов, радиации), способных усиливать образование свободных радикалов, разрушающих клеточные мембраны; оказывает защитное действие при поступлении в организм тяжелых металлов; способствует снижению риска возникновения сердечно-сосудистых и некоторых онкологических заболеваний. В сочетании с витаминами А, Е и С улучшает адаптационные особенности организма в условиях воздействия экстремальных факторов. Способствует укреплению иммунитета.

**Железо** необходимо для процессов кроветворения, умственного развития, работы желудочно-кишечного тракта; поддерживает функционирование иммунной системы, в составе гемоглобина обеспечивает транспорт кислорода в ткани. Дефицит железа может приводить к анемии, повышенной утомляемости, снижению работоспособности.

Чрезвычайно чувствителен к дефициту железа головной мозг. Железо в тканях головного мозга участвует в генерации импульсов в нервных синапсах, в процессах миелинизации нервных волокон. Исследования показали, что дефицит железа может привести к изменению поведенческих реакций, познавательных функций, негативно повлиять на способность к обучению и память.

**Цинк** входит в состав основных ферментов, участвует в различных биохимических реакциях, в стабилизации клеточных мембран, обладает иммуномодулирующими и антиоксидантными свойствами. Повышает сопротивляемость организма к инфекциям, способствует усвоению витамина А, регенерации кожи и росту волос, необходим для нормального роста.

**Магний** участвует во многих ферментативных реакциях, уменьшает возбудимость нервных клеток, оказывает успокаивающее действие. Магний принимает участие в формировании мышечной и костной тканей, а также в синтезе белка и в энергетическом обмене. Облегчает проявления нервного напряжения, предотвращает судорожное сокращение мышц.

Сочетание магния и В6 облегчает проявления нервного напряжения, уменьшает психоэмоциональный дискомфорт.

**Марганец** необходим для нормального роста, обмена веществ, процессов развития и укрепления костной и хрящевой тканей. Участвует в тканевом дыхании, иммунных реакциях.

**Медь** способствует антиоксидантной защите клеток, участвует в синтезе коллагена, предупреждает анемию, способствует снижению риска развития остеопороза, укреплению костей. Укрепляет стенки сосудов.

**Кальций** необходим для формирования костной ткани и минерализации зубов, для системы свертывания крови, проведения нервных импульсов, поддержания стабильности сердечной деятельности, для сокращения скелетных и гладких мышц.

**Фосфор** принимает участие во многих физиологических процессах, включая энергетический обмен, входит в состав фосфолипидов, участвует в формировании и укреплении костной ткани и зубов, усиливает их минерализацию. Дефицит может приводить к анорексии, анемии, остеопении.

#### Область применения

**БАД «Селмевит®»** рекомендуется в качестве биологически активной добавки к пище — дополнительного источника витаминов А, Е, С, группы В (В1, В2, В3, В5, В6, В12), минеральных элементов (селена, железа, цинка, марганца, меди), источника рутина. Содержит магний, витамин В9, L-метинин.

Компоненты комплекса с одной стороны участвуют как в процессах выработки энергии, так и в антиоксидантной защите целостности энерговырабатывающих клеточных структур, что защищает клетки организма, в том числе ЦНС [мозга], от потери энергии, снижения функционального потенциала и общей работоспособности. С другой стороны, активные нейротропные компоненты поддерживают нормальное функционирование центральной и периферической нервной системы, уменьшают психоэмоциональное напряжение, поддерживают когнитивные функции и функцию памяти, способствуют предупреждению развития синдрома хронической усталости.

Комплекс компонентов актуален для поддержки организма в состояниях полигиповитаминоза и дефицита минералов, которые часто наблюдаются при неполноценном и несбалансированном рационе питания; повышенных физических и умственных нагрузках; в период роста; в пожилом возрасте; в период выздоровления после заболеваний, при стрессах.

Витамины, минералы и биологически активные вещества витаминно-минерального комплекса «Селмевит®» могут поддержать адаптационный потенциал организма при воздействии неблагоприятных факторов внешней среды, проживании в экологически неблагоприятных и селен-дефицитных районах.

#### Противопоказания

Индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью.

#### Рекомендации по применению

Взрослым и детям старше 15 лет по 1 таблетке в день во время еды.

Продолжительность приема — 1 месяц.

Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Перед применением БАД детьми проконсультироваться с врачом-педиатром.

#### Форма выпуска

Таблетки, покрытые пленочной оболочкой, массой 940 мг.

#### Условия хранения

В оригинальной упаковке при температуре не выше 25 °С.

Хранить в недоступном для детей месте.

**Реализация населению через аптечную сеть и специализированные магазины, отделы торговой сети в качестве биологически активной добавки к пище.**

#### Срок годности

2 года с даты изготовления. Не использовать по истечении срока годности.

#### Производитель/Организация, принимающая претензии от потребителей:

ОАО «Фармстандарт-УфаВИТА», 450077, Россия, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Худайбердина, 28.  
Тел./факс: (347) 272-92-85.  
www.pharmstd.ru

Произведено по заказу АО «Отисифарм»,  
www.otcpharm.ru

