

Фемінова® I

КАПСУЛИ

ПЛАНУВАННЯ ВАГІТНОСТІ та I триместр

Дієтична добавка

ДІЄТИЧНА ДОБАВКА ФЕМІНОВА I, КАПСУЛИ ТВЕРДІ

Може бути включена до складу раціону харчування як додаткове джерело фолієвої кислоти, вітамінів B2, B6, B12, D3, E, йоду, заліза, цинку. Рекомендовано для споживання протягом щонайменше одного місяця до зачаття і до трьох місяців після нього.

Найважливіша основа майбутнього життя малюка закладається на початку вагітності, коли жінка може ще не знати про вагітність, під час першого триместру, який вважається найбільш чутливим. З цієї причини жінці бажано підготувати і наповнити свій організм необхідними поживними речовинами ще до вагітності.

Фолати. Прийом фолієвої кислоти рекомендується всім жінкам до і під час вагітності. Розвиток нервової трубки відбувається на ранніх стадіях вагітності, коли жінка може ще не знати про вагітність. Саме тому фолієву кислоту рекомендують приймати ще в період до зачаття.

За медичними даними, приблизно у **50% жінок фолієва кислота** не перетворюється належним чином в активну форму – метилфолат, яка може бути використана організмом, і, як наслідок, захисний рівень довше не досягається.

Додатковий прийом **фолієвої кислоти** збільшує статус фолатів у матері. Низький статус фолатів у матері є фактором ризику розвитку дефектів нервової трубки у плода, що розвивається.

Цільовим населенням є жінки в дітородному віці, сприятливий ефект досягається при добовій дозі фолієвої кислоти в дозі 400 мкг протягом щонайменше одного місяця до і до трьох місяців після зачаття.

Фолати сприяють збільшенню тканин матері під час вагітності, нормальному кровотворенню та відіграють роль у поділі клітин. **Фемінова I – це дієтична добавка для планування вагітності, що містить 100% метилфолату, активної форми фолатів, яка легко засвоюється кожною жінкою.** Доповнена поживними речовинами, ретельно підібраними для підтримки в період підготовки до вагітності.

Холін сприяє нормальному метаболізму гомоцистеїну, що також важливо під час вагітності. Найбагатшими джерелами холіну є яйця, м'ясо та цільні зерна.

Потреба в **залізі** збільшується під час вагітності. Дитина отримає достатню кількість заліза від Вас на період і після народження. Залізо сприяє нормальному утворенню червоних кров'яних тілець і гемоглобіну, транспортуванню кисню в організмі та відіграє роль у процесі поділу клітин.

Йод сприяє нормальній секреції гормонів щитовидної залози і нормальному функціонуванню щитовидної залози. Гормони щитовидної залози впливають на основні процеси в організмі. Споживання йоду збільшується під час вагітності. Йод сприяє нормальній роботі нервової системи та нормальній когнітивній функції.

Цинк сприяє нормальним здатності до запліднення та репродуктивній функції, нормальному синтезу ДНК і відіграє роль у процесі поділу клітин.

Вітаміни B6 і B12 сприяють нормальній роботі імунної системи та зменшенню втоми і втомлюваності. B6 також сприяє регуляції гормональної активності.

Вітамін D сприяє підтриманню нормального рівня кальцію в крові та нормальній роботі імунної системи.

Все, що дійсно важливо, в одній капсулі на добу*.

Коли йдеться про харчування перед зачаттям, ніколи не буває занадто рано підготувати організм до багатьох змін, які відбуваються разом з ростом крихтливої людини.

* Мається на увазі зменшення ризику розвитку дефектів нервової трубки плода.

НЕ Є ЛІКАРСЬКИМ ЗАСОБОМ!

W A L M A R K®

W A L M A R K®

CYAN

MAGENTA

YELLOW

BLACK



ЦІКАВІ ФАКТИ:



• Менструальний цикл і пов'язані з ним щомісячні циклічні зміни контролюються під впливом гормонального фону.



• З кожним циклом в яєчниках починає розвиватися кілька фолікулів, але зазвичай лише один досягає повної зрілості.

• Під час кожного нормального менструального циклу з одного з яєчників зазвичай виходить одна яйцеклітина (ооцит) — вихід яйцеклітини називається овуляцією.

• Яйцеклітина потрапляє у воронкоподібний кінець однієї з маткових труб — саме тут живий сперматозоїд з'єднується з яйцеклітиною.

• Сперматогенез (вироблення сперматозоїдів) відбувається безперервно, і кожна статеві клітина потребує близько 72–74 днів для повного дозрівання.

• Овуляція зазвичай відбувається в середині менструального циклу, тобто приблизно за 14 днів до першого дня наступної менструації.



• Під час овуляції слиз у шийці матки стає більш рідким і еластичним, що дозволяє сперматозоїдам швидко потрапляти в матку.

• Сперматозоїди можуть залишатися життєздатними в жіночих статевих шляхах протягом декількох днів.

• Рух сперматозоїдів від шийки матки до маткової труби здійснюється переважно під дією власної сили, хоча їм може допомагати рух рідини, що створюється війками матки.

• Подорож до маткової труби займає щонайменше від 2 до 7 годин.

• Лише 300–500 сперматозоїдів з 200–300 мільйонів, що потрапили у жіночі статеві шляхи, досягають місця запліднення і лише один з них запліднює яйцеклітину.



Рекомендована щоденна порція (1 капсула) містить:

Добова доза містить:	Маса/ 1 капсул.	% Добової норми споживання ¹	% Добової норми споживання ²
Кальцію L-метилфолат (відповідає 600,0 мкг/мг фолієвої кислоти)	857,6 мкг/мг ³	150	100
Інозитол	50,0 мг/мг	10	10
Холін	110,0 мг/мг	22	22
Вітамін B2	1,4 мг/мг	88	67
Вітамін B6	1,9 мг/мг	106	79
Вітамін B12	5,0 мкг/мг	167	156
Вітамін D3	10,0 мкг/мг	200	200
Вітамін E	10,0 мкг/мг	67	67
Йод	150,0 мкг/мг	100	43
Залізо	14,0 мкг/мг	82	54
Цинк	13,0 мкг/мг	108	105
Магній	75,0 мкг/мг	15	14

1—Для невагітних жінок; 2—Для вагітних жінок;

3—Адаптовано для відповідності 600 мкг/мг фолієвої кислоти з урахуванням форми випуску та інших технологічних параметрів

Спосіб споживання та рекомендована добова доза: 1 капсулу на добу. Найкраще після вживання їжі, запиваючи достатньою кількістю води.

Мінімальний термін придатності: краще спожити до кінця дати, зазначеної на пакуванні.

Умови зберігання: Зберігати в недоступному для дітей місці. Зберігати в темному сухому приміщенні, при температурі до 25 °C.

Застереження до споживання: дієтична добавка призначена лише для дорослих. Не слід споживати особам із гіперчутливістю до компонентів дієтичної добавки. Не перевищувати вказану рекомендовану добову дозу. Продукт не повинен використовуватись в якості замітника харчування. Не вживати після закінчення терміну придатності. Перед застосуванням рекомендована консультація лікаря.

Різноманітне і збалансоване харчування та здоровий спосіб життя важливі для вас.