

Mama & Baby

Een gezonde
zwangerschap



en goede
ontwikkeling
van de baby
ook tijdens borstvoeding

Bevat Foliumzuur
en Metafolin®

META FOLIN®

Met

TOTAAL

30

Multivitaminen
en mineralen

Wat is Dagravit Mama & Baby?

Dagravit Mama & Baby is een voedingssupplement dat speciaal is ontwikkeld voor vrouwen die zwanger willen worden, zwanger zijn, herstellen na de bevalling of borstvoeding geven. Dagravit Mama & Baby bevat de door de Gezondheidsraad aanbevolen hoeveelheid foliumzuur. Foliumzuur bevordert een goede ontwikkeling van het zenuwstelsel van het ongeboren kind. Omdat foliumzuur niet bij ledereen even efficiënt wordt omgezet tot de eigenlijke actieve vitamine in het lichaam, bevat Dagravit Mama & Baby het bijzondere Metafolin®. Metafolin® is de reeds natuurlijke, actieve vorm van foliumzuur, die niet meer omgezet hoeft te worden in het lichaam en dus direct gebruikt kan worden. Daarnaast bevat Dagravit Mama & Baby de complete multivitaminen en mineralen die speciaal afgestemd zijn op de behoeften van de (aanstaande) moeder en op de behoeften van het ongeboren kindje of het kindje dat borstvoeding krijgt.

Gezonde zwangerschap en goede ontwikkeling van de baby

Als aanstaande moeder, bij het geven van borstvoeding of tijdens de herstelperiode na de bevalling, is het belangrijk dat een vrouw voldoende voedingsstoffen wordt aangereikt. Want zowel tijdens de zwangerschap als bij het geven van borstvoeding worden extra voedingsstoffen aan het lichaam van de vrouw onttrokken. Ook voor een goede ontwikkeling van het ongeboren kindje en het welzijn van het kindje nadien moet aan speciale behoeften worden voldaan. Daarom is het in de eerste plaats belangrijk gezond en gevarieerd te eten.

Daarnaast kan een uitgebalanceerd voedingssupplement als Dagravit Mama & Baby, op basis van de complete multivitaminen en mineralen en met de bijzondere, direct beschikbare vorm van foliumzuur (Metafolin®), een goede aanvulling zijn. Dagravit Mama & Baby ondersteunt een aangename zwangerschap, een goede ontwikkeling van de baby en een goed verlopende periode van borstvoeding.

Met Foliumzuur en Metafolin® (de natuurlijke en direct beschikbare vorm van foliumzuur)

Zwangere vrouwen hebben een verhoogde behoefte aan foliumzuur of vitamine B11. Foliumzuur speelt namelijk een belangrijke rol in de ontwikkeling van het zenuwstelsel van het ongeboren kind. Omdat via het westerse dieet vaak onvoldoende foliumzuur wordt opgenomen, bevat Dagravit Mama & Baby 400 µg foliumzuur. Dit is de door de Gezondheidsraad aangeraden dagelijkse hoeveelheid voor de zwangere vrouw.

Nu is foliumzuur eigenlijk een 'provitamine' die in het lichaam nog een reeks omzettingen moet ondergaan om tot de eigenlijke actieve vitamine (L-methylfolaat) omgezet te worden. En deze

omzetting verloopt niet bij ledereen even efficiënt. Om die reden bevat Dagravit Mama & Baby eveneens 400 µg van het bijzondere Metafolin®. Metafolin® is deze reeds natuurlijke, actieve vorm van foliumzuur (L-methylfolaat) die in het lichaam voorkomt. Daardoor kan Metafolin® direct door het lichaam worden gebruikt omdat er geen omzettingen meer nodig zijn.



Met de complete multivitaminen voor de (aanstaande) moeder en baby

Naast folate n als foliumzuur en Metafolin®, bevat Dagravit Mama & Baby ook het complete gamma vitaminen om de zwangerschap goed te laten verlopen, voor een optimale groei van het ongeboren kindje en om het herstel na de bevalling en de periode van de borstvoeding te ondersteunen:

- Vitamine A is belangrijk voor het gezichtsvermogen, voor een gave huid en sterke botten en tanden. Erwerd wel op gelet om niet te veel vitamine A te stoppen in Dagravit Mama & Baby, zoals wordt aanbevolen tijdens de zwangerschap
- Vitaminen B zijn in het algemeen belangrijk voor de energieproductie, de algemene stofwisseling, de aanmaak van bloedcellen en het zenuwstelsel
- Vitamine C verhoogt de weerstand, draagt bij tot de vorming van sterke bindweefsels en is een sterke antioxidant tegen vrije radicalen
- Vitamine D bevordert de opname van calcium en draagt zo bij tot sterke botten en tanden
- Vitamine E is belangrijk voor een goede vitaliteit en bloedcirculatie, een gezonde zwangerschap en is tevens een antioxidant.

Met gezondheidsbevorderende mineralen:

- Calcium voor sterke botten en tanden
- IJzer is belangrijk voor de aanmaak van bloedcellen, voor een adequate zuurstofvoorziening en het behoud van een sterke weerstand
- Magnesium helpt goed om te gaan met stressituaties, ontspant de spieren en bevordert de stofwisseling
- Koper ondersteunt de aanwending van ijzer en ondersteunt de aanmaak van bloedcellen
- Selenium helpt als antioxidant beschermen tegen vrije radicalen
- Zink is belangrijk voor de weerstand, een gezonde huid en de stofwisseling
- Jodium is belangrijk voor de energiestofwisseling.

Een goede conditie en meer energie

Dagravit Mama & Baby kan door de speciaal aangepaste formulering met de complete multivitaminen en de mineralen uiteraard ook bijdragen tot een goede conditie en meer energie. Op die manier kan een vrouw optimaal de zwangerschap en de periode na de bevalling doormaken en goed omgaan met de veranderingen die in haar lichaam plaatsvinden.

Dosering en gebruiksaanwijzing

Elke dag 1 tablet met water innemen, bij voorkeur tijdens een maaltijd.

Dagravit Mama & Baby is een voedings supplement. Een voedings supplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding.

De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid niet overschrijden.

Dagravit Mama & Baby bevat geen lactose, geen gluten en geen geur- en smaakstoffen.

Wanneer starten met de inname?

Het is aan te raden om met Dagravit Mama & Baby te starten vanaf het moment dat de kinderwens aanwezig is (met de anticonceptie wordt gestopt), zodat tijdig aan de verhoogde behoefte aan folaten wordt voldaan. Het gebruik kan gestopt worden aan het einde van de periode dat borstvoeding gegeven wordt.

Bewaren

Buiten het bereik van kinderen bewaren op kamertemperatuur (15 – 25°C).

Inhoud

100 tabletten à 665 mg (netto gewicht: 66 gram)

Nuttige tips voor de zwangerschap

- Het is zeer belangrijk te zorgen voor een gezonde en gevarieerde voeding.

- Zorg bijvoorbeeld voor voldoende inname van verse groenten en fruit en probeer tweemaal per week vis op het menu te zetten voor de aanvoer van de voor moeder en baby belangrijke omega-3 vetzuren
- Zorg voor voldoende rust en ontspanning om de veranderingen in je lichaam optimaal op te vangen
- Matige lichaamsbeweging, bijvoorbeeld in de open buitenlucht, is gunstig voor je conditie
- Rook niet
- Gebruik geen alcohol of beperk je tot 1 consumptie per dag
- Matige blootstelling aan zonlicht bevordert de aanmaak van vitamine D in het lichaam en draagt zo bij tot sterke botten en tanden
- Gebruik enkel medicijnen in overleg met je arts.

Samenstelling

Dagravit Mama & Baby bevat per tablet:

VITAMINEN		
Vitamine A	240 µg	30 %
Vitamine B1	1,4 mg	100%
Vitamine B2	1,6 mg	100%
Vitamine B3	18 mg	100%
Vitamine B5	6 mg	100%
Vitamine B6	2 mg	100%
Vitamine B8	150 µg	100%
METAFOLIN® (L-methylfolaar)	400 µg	
Foliumzuur (B11)	400 µg	200%
Vitamine B12	1 µg	100%
Vitamine C	60 mg	100%
Vitamine D	7,5 µg	150%
Vitamine E	10 mg	100%
MINERALEN		
Calcium	120 mg	15 %
IJzer	16 mg	114 %
Magnesium	50 mg	17 %
Koper	1000 µg	
Selenium	50 µg	
Zink	12 mg	80 %
Jodium	75 µg	50 %

* = Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid volgens de Gezondheidsraad

Ingrediënten: Mineralen, Vitaminen, Verdikkingsmiddelen (E 1202, E 1201), Vulstoffen (E 464, maïszetmeel), Antiklontermiddelen (E 572, E 551), Kleurstoffen (E 171, E 172, E 102), Emulgator (E 422), Calcium-L-Methylfolaat.

Dagravit Mama & Baby is eigendom van
VEMEDIA B.V., Diemen.

VEMEDIA

Vemedia Informatielijn : 0900 2333666
(E 0,15 / min) of www.dagravit.nl

Metafolin® is een handelsmerk van
Merck KGaA, Darmstadt, Duitsland

