



Moeder & Baby

Met essentiële bouwstoffen

CAPSULES

- Ondersteunt de gezondheid van de moeder met extra omega-3- en omega-6-vetzuren vóór de zwangerschap
- Levert DHA en AA tijdens de zwangerschap; belangrijk voor de ontwikkeling van de hersenen en goed voor het zenuwstelsel van de groeiende baby
- Voor extra omega-3- en omega-6-vetzuren na de zwangerschap in het lichaam van de moeder en van de baby via borstvoeding

OMEGA-3- EN OMEGA-6-VETZUREN VÓÓR, TIJDENS EN NA DE ZWANGERSCHAP

Omega-3-vetzuren zijn belangrijk voor de ongeboren vrucht en in de eerste levensmaanden van de baby, vanwege hun belang voor het zenuwstelsel en hun bijdrage aan de ontwikkeling van de hersenen. Om ervoor te zorgen dat in deze behoefte aan vetzuren voor de baby wordt voorzien, is het belangrijk voorafgaand aan de zwangerschap via voeding een goede hoeveelheid vetzuren in te nemen. Ook gedurende de zwangerschap en het geven van borstvoeding is het belangrijk voldoende vetzuren binnen te krijgen. Met name in de laatste drie maanden van de zwangerschap is de behoefte aan DHA en AA groot. In deze periode worden de hersenen van de baby vier tot vijf keer zo groot. Efamol Moeder & Baby ondersteunt de gezondheid van de moeder en helpt haar om, in aanvulling op

de voeding, een goede hoeveelheid juiste vetzuren binnen te krijgen voor zichzelf en de baby vóór, tijdens en na de zwangerschap.

INGREDIËNTEN

Visolie (36,2%; afkomstig van tonijn), teunisbloemolie (35%), vitamine E (als dl- α -tocoferylacetaat). Capsuleomhulsel (gelatine, glycerol).

1 capsule = 773 mg, bevat 280 mg visolie (61,5 mg DHA en 14 mg EPA), 270 mg zuivere teunisbloemolie (30 mg GLA en 5 mg AA) en 5 mg vitamine E.

VOEDINGSWAARDE	Per aanbevolen dagdosering (2 capsules)	Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH)
Energie	45 kJ / 11 kcal	
Eiwitten	0,3 g	
Koolhydraten	0,1 g	
Vetten (visolie, teunisbloemolie) waarvan:	1,1 g	
- verzadigd	0,2 g	
- enkelvoudig onverzadigd	0,2 g	*
- meervoudig onverzadigd (omega-3-vetzuren + omega-6-vetzuren) waarvan:	0,7 g	*
- DHA (docosahexaëenzuur; omega 3)	123 mg	*
- EPA (eicosapentaëenzuur; omega 3)	28 mg	*
- GLA (gammalinoleenzuur; omega 6)	60 mg	*
- AA (arachidonzuur; omega 6)	10 mg	*
Vitamine E	10 mg	100%

* Geen ADH vastgelegd

Efamol Moeder & Baby bevat geen van melk afgeleide stoffen, suiker, gist, gluten, tarwe en kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

VERPAKKING

Efamol Moeder & Baby is verkrijgbaar in een verpakking met 60 capsules.

WIJZE VAN GEBRUIK

1x daags 2 capsules tijdens een maaltijd met wat water innemen en doorslikken. De aangegeven dosering niet overschrijden. Efamol Moeder & baby kan gebruikt worden in combinatie met foliumzuur. Een voedingssupplement kan niet gebruikt worden als vervanging van een gevarieerde voeding.

GEBRUIK TIJDENS ZWANGERSCHAP OF BORSTVOEDING

Producten van Efamol kunnen voor zover bekend, overeenkomstig de voorgeschreven dosering worden gebruikt. Omega-3-vetzuren zijn belangrijk voor de ongeboren vrucht en in de eerste levensmaanden van de baby, vanwege hun belang voor het zenuwstelsel en hun bijdrage aan de ontwikkeling van de hersenen. Speciaal voor deze periode is Efamol Moeder & Baby ontwikkeld. Efamol Moeder & Baby ondersteunt de gezondheid van de moeder en helpt haar om, in aanvulling op de voeding, een goede hoeveelheid juiste vetzuren binnen te krijgen voor zichzelf en de baby vóór, tijdens en na de zwangerschap.

NIET GEBRUIKEN BIJ

Indien er een overgevoeligheid is voor een of meerdere van de componenten.

VERDRAAGBAARHEID

In de aanbevolen hoeveelheden wordt dit product in het algemeen prima verdragen.

COMBINATIE MET ANDERE PRODUCTEN

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw (behandelend) arts of apotheker.

BEWAREN

Koel en droog bewaren. Zie houdbaarheidsdatum op verpakking. Het is altijd verstandig voedingssupplementen buiten het bereik en het zicht van kinderen te bewaren.

MILIEUTIP

Het doosje kan bij het oude papier.



INFORMATIE

Voor meer informatie kunt u gratis bellen naar de Efamol informatielijn 0800-24 646 76.



Of stuur een e-mail naar info@efamol.nl of kijk op www.efamol.nl

PRODUCTIE EN DISTRIBUTIE

Producent
Efamol Ltd., 14 The Mole Business Park, Leatherhead, Surrey, KT22 7BA, Verenigd Koninkrijk
Distributeur Nederland
Sanvert BV, NL-8081 HH Elburg

De tekst van deze gebruiksaanwijzing is voor het laatst gewijzigd op 13 november 2006.

Specialist in essentiële vetzuren

Efamol is al meer dan 25 jaar toonaangevend in de wereld van essentiële vetzuren uit visolieën en teunisbloemolie. Efamol doet voortdurend onderzoek naar de invloed van essentiële vetzuren op het behoud van de gezondheid in verschillende levensstadia. Op basis daarvan ontwikkelt Efamol volgens de laatste wetenschappelijke inzichten hoogwaardige producten, afgestemd op de specifieke behoeften van het lichaam.

ZUIVERE PRODUCTEN

Efamol gebruikt voor haar producten alleen speciaal geselecteerde vissoorten, vrij van PCB's die in zeeën voorkomen. De zuivere teunisbloemolie wordt volgens een speciaal procédé verkrigen van kwalitatief hoogwaardige teunisbloemen. De producten van Efamol bevatten geen suiker, gluten, tarwe, gist, van melk afgeleide stoffen, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

OMEGA 3, OMEGA 6 EN OMEGA 9

Omega 3, omega 6 en omega 9 zijn groepen van zogenaamde onverzadigde vetzuren. Vetzuren zijn van vitaal belang voor het behoud van onze gezondheid. Ze zijn in elke fase van ons leven - ongeboren vrucht, jong en oud - belangrijk voor een goede ontwikkeling en voor het goed blijven functioneren van onder andere het afweersysteem en het zenuwstelsel. Bovendien vormen ze een onmisbaar onderdeel van al onze cellen.

Omega-3- en omega-6-vetzuren zijn essentiële vetzuren. Ze heten essentieel, omdat ons lichaam deze vetzuren, net als bijvoorbeeld sommige vitaminen en mineralen, niet zelf kan aanmaken. Het is daarom belangrijk dat we ze via onze voeding binnenkrijgen. Bekende omega-3- en omega-6-vetzuren zijn respectievelijk alfa-linoleenzuur en linolzuur. Omega 9 is een groep van onverzadigde vetzuren die wel door ons lichaam kunnen worden aangeemaakt. Efamol verwerkt in haar producten daarom alleen omega 3 en omega 6, en geen omega 9.

OMEGA 3 EN OMEGA 6 IN BALANS

De laatste tientallen jaren is ons voedingspatroon veranderd. Daardoor krijgen veel mensen te veel verzadigde vetten binnen en relatief te weinig van de gezonde meervoudig onverzadigde vetzuren. Bovendien is de verhouding omega 3 en omega 6 veranderd. Een goede inname via voeding van omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste onderlinge verhouding is voor iedereen belangrijk. Daarnaast kan aanvulling in de vorm van een supplement zinvol zijn.

EFAMOL: OP MAAT GEMAAKTE VETZUURPRODUCTEN

In ons lichaam worden de omega-3- en omega-6-vetzuren alfa-linoleenzuur en linolzuur omgezet in andere omega-3- en omega-6-vetzuren, namelijk EPA en DHA (omega 3) en GLA en AA (omega 6). Het zijn deze stoffen die belangrijk zijn voor het verrichten van belangrijke basisfuncties in ons lichaam. Er zijn echter allerlei factoren die de omzetting van alfa-linoleenzuur en linolzuur kunnen beïnvloeden, zoals leeftijd, alcohol en een teveel aan verzadigd vet. Efamol heeft daarom diverse producten op basis van essentiële vetzuren ontwikkeld, die specifiek de voedingsstoffen EPA, DHA, GLA en AA bevatten, waardoor omzetting in ons lichaam niet meer nodig is. Bovendien is de onderlinge verhouding van deze voedingsstoffen afgestemd op specifieke behoeften. Hiermee bent u verzekerd van voldoende inname. Bovendien krijgt u zo omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste balans binnen.

DE VOLGENDE PRODUCTEN VAN EFAMOL ZIJN VERKRIJGBAAR

- Efamol Omega Forte, goed voor hart en bloedvaten, verbetert concentratie en geheugen, voor soepele gewrichten
- Efamol Junior (kauwcapsules), verbetert de concentratie, bevordert leerprestaties, gunstige invloed bij druk gedrag
- Efamol Junior (vloeibaar), verbetert de concentratie, bevordert leerprestaties, gunstige invloed bij druk gedrag
- Efamol Moeder & Baby, voor de groei en ontwikkeling van de baby, draagt bij aan de gezondheid van de moeder
- Efamol Vrouw & Huid, dagelijkse huidverzorging van binnenuit, beschermt tegen huidveroudering
- Efamol PMP, voor een normale en regelmatige menstruatie

