



VELNATAL® plus mit Quatrefolic®

Nahrungsergänzungsmittel mit einer Kombination aus Folsäure und (6S)-5-Methyltetrahydrofolinsäure-Glucosaminsalz (Quatrefolic®), Jod, Docosahexaensäure (DHA aus Algen) sowie weiteren wichtigen Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen mit Kinderwunsch, in der Schwangerschaft und Stillzeit abgestimmt sind.

Liebe werdende Mama,

eine besonders schöne Phase Ihres Lebens beginnt – Sie bekommen ein Baby! Gerade jetzt ist es sehr wichtig, dass Sie sich nährstoff- und vitaminreich ernähren, denn in der Schwangerschaft versorgen Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihr Baby! Dies führt zu einem höheren Bedarf an essentiellen Nährstoffen.

Was enthält VELNATAL® plus und wofür wird es angewendet?

+ **Folsäure/Folate**, auch als Vitamin B₉ bekannt, sind wichtige Vitamine aus dem B-Komplex, die eine Funktion bei der Zellteilung haben sowie zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft beitragen. Bei Frauen mit Kinderwunsch und in der Schwangerschaft bzw. in der Stillzeit beträgt die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) wegen eines erhöhten Bedarfs empfohlene Zufuhr 550 µg bzw. 450 µg pro Tag. Ergänzend zu einer folatreichen Ernährung wird Frauen mit Kinderwunsch und im ersten Schwangerschaftsdrittel von der DGE empfohlen, 400 µg pro Tag der in Nahrungsergänzungsmitteln verwendeten Folsäure – die synthetisch hergestellte Form des Vitamins Folat – einzunehmen, damit sich das Ungeborene gesund entwickeln und so das Risiko für Fehlbildungen beim Kind (Neuralrohrdefekte) verringert werden kann.

Ausreichende Folatspiegel brauchen Mutter und Ungeborenes jedoch nicht nur in den ersten Wochen der Schwangerschaft, sondern über die gesamten neun Monate.

+ **Quatrefolic®** ist ein bioaktiver Folatwirkstoff, das Glucosaminsalz der (6S)-5-Methyltetrafolinsäure (5-MTHF-Glucosamin), der eine besondere Bioverfügbarkeit aufweist.

Da das synthetisch hergestellte Vitamin Folsäure nicht bioaktiv ist, muss es im Organismus in die biologisch aktive und damit verwertbare Form

als Folatsalz (5-Methyltetrahydrofolat) umgewandelt werden. Für diese Umwandlung wird das Enzym 5,10-Methylentetrahydrofolatreduktase (MTHFR) benötigt, welches aus genetischen Gründen (Polymorphismus) nicht bei allen Menschen gleich gut arbeitet. Eine Umwandlung in das benötigte 5-Methyltetrahydrofolat findet nicht immer in ausreichender Form statt. Der bioaktive Folatwirkstoff Quatrefolic®, der nicht von diesem Enzym umgewandelt werden muss, wird unmittelbar vom Organismus verwertet, so dass jede Frau ausreichend mit Folsäure versorgt wird. Quatrefolic® ist heute die am besten bekannte Form von 5-MTHF und die erste Wahl bei Nahrungsergänzungsmitteln.

+ **Jod** trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen sowie zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei und unterstützt eine gesunde geistige und körperliche Entwicklung des Kindes. Bei Frauen mit Kinderwunsch und in der Schwangerschaft bzw. in der Stillzeit beträgt die von der DGE empfohlene Zufuhr aufgrund eines erhöhten Bedarfs 230 µg bzw. 260 µg pro Tag. Die DGE empfiehlt gesunden Schwangeren von Beginn an täglich 100 bis 150 µg Jodid zusätzlich einzunehmen. Bei Schilddrüsenerkrankungen ist eine Rücksprache mit dem behandelnden Arzt erforderlich.

+ **Docosahexaensäure aus Algen (Algen-DHA)** ist eine mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäure. Die Aufnahme von DHA durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus sowie der Entwicklung des Sehens beim gestillten Säugling bei. Die DGE empfiehlt Frauen in der Schwangerschaft und Stillzeit im Durchschnitt mindestens 200 mg Docosahexaensäure pro Tag zuzuführen. Die in VELNATAL® plus enthaltene DHA aus Algen ist geschmacksneutral.

Viele wissen, dass DHA in fettreichem Seefisch vorkommt. Weniger bekannt allerdings ist, dass DHA von Algen hergestellt und über die marine Nahrungskette von Fischen aufgenommen wird. Das in VELNATAL® plus verwendete Algen-DHA wird aus Algen gewonnen, die in spezialisierten, geschützten sowie streng kontrollierten Anlagen gezüchtet werden. Verunreinigungen aus dem Meer, die in Seefischen nicht selten sind, werden auf diese Weise vermieden. Algen-DHA ist geschmacksneutral. Die Umwelt profitiert nachhaltig davon, dass keine Fische für die Herstellung von DHA sterben müssen.



+ **Vitamin B₁** (Thiamin) trägt zu einem normalen Kohlenhydrat- und Energiestoffwechsel sowie zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Herzmuskulatur bei.

+ **Vitamin B₂** (Riboflavin) trägt zu einem normalen Fett-, Kohlenhydrat- und Eiweißstoffwechsel sowie zur Erhaltung normaler Haut und Sehkraft bei.

- + **Vitamin B₃** (Niacin) trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- + **Vitamin B₅** (Pantothersäure) ist an einem normalen Stoffwechsel von Nährstoffen und der Bildung von Hormonen beteiligt.
- + **Vitamin B₆** trägt zu einem normalen Eiweißstoffwechsel sowie einer normalen Funktion des Nerven- und Immunsystems bei.
- + **Vitamin B₇** (Biotin) unterstützt die normale Funktion des Nervensystems sowie des Stoffwechsels und trägt zu der Erhaltung normaler Haut, Haare und Nägel bei.
- + **Vitamin B₁₂** trägt zu einer normalen Funktion des Energie- und Homocystein-Stoffwechsels, der Blutbildung, des Nerven- und Immunsystems bei.
- + **Vitamin D** trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems und der Erhaltung normaler Knochen bei.
- + **Vitamin E** trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativen Schäden bei.
- + **Selen** trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zum Schutz der Zellen vor oxidativen Schäden bei.
- + **Zink** trägt zu einer normalen kognitiven Funktion, Zellteilung und Proteinbildung bei.

Was sollten Sie bei der Einnahme von VELNATAL® plus beachten?

Verzehrempfehlung

Nehmen Sie 1 x täglich eine Weichkapsel unzerkaut mit ausreichend kalter Flüssigkeit vor einer Mahlzeit ein.

Hinweis

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

VELNATAL® plus bitte trocken und lichtgeschützt, nicht über 25°C und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Weitere Informationen über VELNATAL® plus mit Quatrefolic® finden Sie unter:

www.velnatal.de
www.velnatal.at

Zusammensetzung:

Eine Weichkapsel enthält:

% der empfohlenen Tagesdosis*

Folat	600 µg	133 ¹ / 109 ²
Folsäure	400 µg	
Folsäureäquivalent als 208 µg Quatrefolic® (5-MTHF-Glucosaminsalz)	200 µg	
Jod	150 µg	58 ¹ / 65 ²
Docosahexaensäure (DHA) aus Algen	200 mg	100
Thiamin	1,2 mg	92
Riboflavin	1,5 mg	107
Vitamin B ₆	1,9 mg	100
Vitamin B ₁₂	4 µg	100 ¹ / 114 ²
Vitamin D	10 µg	50
Vitamin E	13 mg α-TE	76 ¹ / 100 ²
Biotin	60 µg	100-200
Niacin	16 mg NE	100 ^{1/2b} / 114 ^{2a}
Pantothersäure	6 mg	100
Selen	30 µg	40 ¹ / 50 ²
Zink	5 mg	45 ¹ / 50 ²

¹ Stillende / ² Schwangere / ^{2a} 2. Trimester / ^{2b} 3. Trimester

* Empfehlung lt. Deutscher Gesellschaft für Ernährung (DGE, <http://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte>)

Laktose- und glutenfrei. 100% Rindergelatine.

Quatrefolic® ist ein eingetragenes Warenzeichen von Gnosis.

Commission Regulation (EU) 2015/414 of 12 March 2015, amending Directive 2002/46/EC.



Exeltis
Rethinking healthcare

Vertrieb in Deutschland:
 Exeltis Germany GmbH
 Adalperstraße 84
 85737 Ismaning
 Deutschland
www.exeltis.de

Vertrieb in Österreich:
 Exeltis Austria GmbH
 Rivergate Gate 2/2.OG / TOP B
 Handelskai 92, 1200 Wien
 Österreich
www.exeltis.at