

Çocuk arzu eden, hamile ve emziren kadınlar için gıda takviyesi

- The English version of this package insert can be found at www.dr-falcon.de - Bu prospektüsü Türkçe olarak www.dr-falcon.de internet adresinde bulabilirsiniz
- версия этого Русская пакета вставки можно найти по адресу: www.dr-falcon.de - Die arabische Version dieses Beipackzettel finden Sie unter: www.dr-falcon.de
- La version française de cette notice peut être trouvée à www.dr-falcon.de - A versão em português deste folheto informativo está disponível no site www.dr-falcon.de

KOMPOZİSYON

Besleyici Maddeler	1 Kaps.	% *
Vitamins		
Folatlar	500 µg	250 %
- Folik asit	250 µg	
- L-Methylfolat	260 µg	
Vitamin B1	1,4 mg	127 %
Vitamin B2	1,6 mg	114 %
Niasin Vit. B3	18 mg	113 %
Pantotenik asit Vit.B5	6 mg	100 %
Vitamin B6	1,9 mg	136 %
Vitamin B7	60 µg	120 %
Vitamin B12	3,5 µg	140 %
Vitamin C	80 mg	100 %
Vitamin D	40 µg = 1600 IE	800 %
Vitamin E	15 mg	125 %
Fito Besinler		
Beta Karoten	2 mg = 333µg RE Vit.A	42 %
Mineraller / İz Elementler		
İYot	150 µg	100 %
Kalsiyum	40 mg	5 %
Demir	15 mg	107 %
Magnezyum	38 mg	10 %
Seleni	60 µg	109 %
Çinko	10 mg	100 %
Mangan	1 mg	50 %
Bakır	0,1 mg	10 %
Omega-3-Yağ Asitleri		
Dokosaheksaenoik asit (DHA)	200 mg	**
Eikosapentaenoik asit (EPA)	45 mg	**

* Beslenme ile ilgili AB düzenlemelerine göre önerilen günlük doz

** Henüz AB önerisi mevcut değildir

Sağlıklı ve dengeli bir beslenme hem anne ve hem de anne karnındaki bebeğin gelişimi için son derece önemlidir. Ancak hamile kadınların gıdalarla aldıkları besleyici (hayati) maddeler bu konuda sıklıkla yetersiz kalmaktadır.

Beslenme uzmanlarınca son bilimsel araştırma sonuçlarına göre geliştirilen ve L-Methylfolat/ folik asit, omega-3-yağ asitleri, iyot, demir, vitaminler, mineraller ve iz elementler kombinasyonunu içeren gıda takviyesi **dr.falcon®-graVita**, hamilelik ve emzirme dönemlerinde artmakta olan besleyici maddeler ihtiyacınızı karşılamakta size ideal bir destek sunmaktadır.

FOLATLAR: Annenin gebelik oluşmadan en az 4 hafta önce yeterince folat almaya başlaması çok önemlidir ve folat eksikliğinden kaynaklanan nöral tüp defekti riskini önleyebilir. Folatlar, hücre bölünmesi, kan oluşumu, bağışıklık sistemi fonksiyonu ve plasenta gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. İnsan organizması folik asiti

Omega-3 yağ asitleri, folatlar, vitaminler, mineraller ve iz elementler içeren gıda takviyesi

İçindekiler: Son derece yüksek saflıkta balık yağı konsantresi, kalsiyum karbonat, balık jelatini, bitkisel gliserin, bakır sülfat, gliserol monostearat, niasin, magnezyum oksit, demir II fumarat, selenyum mayası, potasyum iyodür, mangan glukonat, zeytinyağı, B12 vitamini, Ayçiçeği yağı, kalsiyum, silis, demir oksit pigment kırmızı E172,-piridoksin-hidroklorid, beta karoten, tiamin mononitrat, riboflavin, folik asit, orta zincirli trigliseritler, L-metil glukosamin, biyotin, çinko oksit, C, D3 ve E vitaminleri.

Beslenme bilgileri: (günlük doz 1 kapsül / 100g) Enerji 24.9 kJ (16.0 kcal) / 1743 kJ (1420 kcal), protein 312,4 mg / 21.9 gr, yağ 481.0 mg / 33.7 gr karbonhidrat 175.5 mg / 12.3 g

graVita Alman malı tatsız ve kokusuz, son derece yüksek saflıkta omega-3 yağ asitleri içerir

- **HELAL**
- **Balık jelatini içerir**
- **Sıgır ve domuz jelatini içermez**
- **Mide asitlerine dayanıklıdır**
- **Laktöz & Gluten yoktur**
- **Premium kalite**
- **Made in Germany**

önce L-Methylfolata dönüştürerek kullanabilir. Ancak neredeyse kadınların yarısı folik asiti genetik bir enzim defekti nedeniyle yeterince biyoaktif olan L-Methylfolat'a çevirememektedir. Bu nedenle yeterli bir folat almasını sağlamak için **dr.falcon®-graVita**, folik asitin yanında hazır biyoaktif L-methylfolat (Quatrefolic®) içerir.
• Quatrefolic® Gnosis S.p.A. / İtalya tescilli markasıdır.

OMEGA 3 Yağ asitleri: Hamile ve emziren kadınların omega 3 yağ asitleri ihtiyacı yüksektir. Bu yağ asitleri özellikle yağlı deniz balıklarında bulunur. Bu balıklar yeterince yenmezse, omega 3 yağ asitlerini gıda takviyesi olarak almak gerekir. Yaşam için gerekli olan bu yağ asitleri-DHA ve EPA- bebeğin göz ve beyin gelişimi ama aynı zamanda annenin sağlığı için vazgeçilmez ürünlerdir.
dr.falcon®-graVita Alman malı tatsız ve kokusuz, son derece yüksek saflıkta omega-3 yağ asitleri içerir.

İYOT: Hamilelik ve emzirme dönemlerinde hayati önemdeki mineral iyota olan ihtiyaç özellikle yüksektir.Yeterli iyot alınması metabolizmada önemli görevleri olan tiroid ve hormonlarının fonksiyonuna destek sağlar.

DEMİR: Vücudun demir ihtiyacı hamilelik ve emzirme dönemlerinde iki katına çıkar.Demir bakımından zengin olan bir beslenme dahi çoğunlukla yetersiz kalmaktadır.

Demir eritrositlerin ana maddesidir ve bu nedenle oksijen transportu ve sağlıklı bir bağışıklık sistemi için son derece önemlidir
KALSİYUM / VİTAMİN D / MAGNEZYUM:
Kalsiyum iskelet sisteminin yapı maddesidir. Kalsiyumun barsaklardan iyi emilebilmesi için ek olarak Vitamin D gereklidir.Vitamin D kalsiyum metabolizmasında ve hücre bölünmesinde önemli rol oynamaktadır ve özellikle anne karnındaki bebeğin kemik gelişmesini ve bağışıklık sistemini belirleyici olarak etkilemektedir.

Vitamin D güneş ışınlarının etkilemesiyle deri hücreleri tarafından oluşturulmaktadır. Bizim yaşadığımız enlem bölgesinde ekim başından mart sonuna kadar olan zaman diliminde güneş ışınları çok zayıftır ve insanların 90 % nında Vitamin D eksikliği bulunmaktadır. Bu nedenle gıda takviyeleri ile vitamin D almak gerekmektedir.

Kalsiyum ve Magnezyum sağlıklı kemikler ve dişler için son derece önemlidir.

VİTAMİN E: Vitamin E kusursuz bir bağışıklık sisteminin oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca kasların, bağ dokusunun ve kan damarlarının gelişmesine katkıda bulunur ve Hücreleri oksidatif stresten korur.

Vitamin B1(Thiamin): Vitamin B1 e her şeyden önce sinir, kalp, sindirim ve karbonhidrat metabolizmasında ihtiyaç vardır
Vitamin B2(Riboflavin): Vitamin B2 deri, saçlar ve tırnakların gelişmesine ve de keskin görme, kondisyon ve büyüme sürecine destek sağlar

Vitamin B3 (Niacin): Vitamin B3 metabolizma fonksiyonlarını düzenler. Ayrıca enerji üretimi için gereklidir. Deri ve sinir dokusunu korur.

Vitamin B5 (Pantothensäure): Vitamin B5 protein, yağ, karbonhidrat metabolizması ve saç gelişimi için önemlidir. Güzel ve sağlıklı deri ve doku oluşumuna yardımcı olur. Ayrıca hücre yenilenmesinde vazgeçilmezdir. Sinir ve sindirim fonksiyonlarına destek olur.

Vitamin B6 (Pyridoxin): Vitamin B6 bağışıklık sistemi, aminoasit metabolizması, eritrositler, sinir, kalp ve adale gücü, görme, saç gelişimi için önemlidir ve hamilelerde karın derisinde çatlaklar oluşmasına karşı etki eder.

Vitamin B7 (Biotin): Biotin deri, saçlar ve tırnakların ve de enerji metabolizmasının sağlıklı olmasına destek olur

Vitamin B12 (Cyanocobalamin): Vitamin B12 hücre bölünmesi, kan oluşması, beyin ve sinir sistemi fonksiyonunda önemli bir role sahiptir. Ayrıca yaşam sevinci ve iyimserliği teşvik etmektedir.

Beta-Karoten: Gelişim ve iyi görmek için önemlidir

Çinko:Çinko kemik gelişimine, DNA-sentezine, doğurganlık, üreme ve bebeğin bağışıklık sistemine katkı sağlar

Selen: Selen serbest radikallere karşı etkisinin yanı sıra, anne ve bebeğin bağışıklık sisteminin oluşması için önemlidir.

Mangan: Mangan kemik ve bağ dokusu oluşumunu ve enerji metabolizmasını destekler..

Bakır: Bakır bağışıklık sistemi, saç rengi ve bağ dokusu için önemlidir

HELAL Üründür. graVita balık jelatini içerir. Sigir ve domuz jelatini içermez.
Gıda takviyeleri çeşitli ve dengeli beslenmenin ve sağlıklı bir yaşam biçiminin yerini tutmaz.

dr. falcon® graVita günde bir adet kapsül olmak üzere yeterli sıvıyla alınır. graVita'nın hamileliğin oluşmasından en az 4 hafta önce alınmaya başlanmasına dikkat edilmelidir. Tavsiye edilen günlük doz aşılmamalıdır. Kuru, küçük çocukların ulaşamayacağı yerlerde muhafaza ediniz ve 25 ° C den yukarı ortamda saklamayınız.

www.dr-falcon.de



Mikro Besleyici maddeler nerede ve nasıl etki ederler?

Kan Oluşumu: Folat, demir, vitamin B6 ve B12 eritrositlerin oluşumunda rol oynarlar, bu nedenle oksijen taşınması için son derece önemlidirler.

Kemikler / Dişler: D vitamini, kalsiyum, magnezyum ve mangan sağlıklı kemikler ve dişler için vazgeçilmezdir.

Hücre Bölünmesi ve Büyüme: Folik asit, vitamin D, B12 vitamini, çinko, demir, kalsiyum ve magnezyum hücre bölünmesinde etkilidir.

Beyin ve Gözler: DHA anne karnındaki ve emziren bebeğin beyin ve gözlerinin normal gelişimini destekler. Bu olumlu etkiye erişkinler için önerilen günlük alım miktarı yanında, günde 250 mg omega-3 yağ asitleri (DHA 200 mg) alınması halinde ulaşılabilir.

Yorgunluk / Halsizlik: Magnesium, Folatlar, B2, B3, B6, B12 ve C vitaminleri yorgunluk ve halsizlik durumlarında anneye yardımcı olur.

Enerji Metabolizması: demir, magnezyum, kalsiyum, iyot, vitamin B1, B2, B3, B6, B12 ve C vitaminleri normal enerji metabolizmasına destek olurlar.

Bağışıklık Sistemi: Selen, Çinko, Demir, Folatlar, B1, B6, B12, C, D vitaminleri bağışıklık sisteminin normal fonksiyonu için gereklidir.

Hormonlar: Hormonal aktivitenin düzenlenmesinde B6 vitamini yardımcı olmaktadır.

Sinir Sistemi: Biotin, magnezyum, B1, B2, B3, B6, B12 ve C vitaminleri sinir sisteminin normal fonksiyonuna destek olur.

Doğurganlık: folatlar, çinko, magnezyum, mangan, C D ve E vitaminleri doğurganlığı arttırmaya yardımcı olurlar.

Oksidatif Stres: selenyum, beta-karoten, C ve E vitaminleri oksidatif strese karşı etkilidir.

Bir paket 30 yumuşak kapsül ihtiva eder • Artikel numarası: 8979 • PZN: 10712210

Euromed GmbH

Charlotten Str. 75 • 40210 Düsseldorf • www.dr-falcon.de