

PreMama Duo

Tablete in mehke kapsule

Prehransko dopolnilo

Za ženske, ki načrtujejo nosečnost, za nosečnice in doječe matere

Premama Duo je multivitaminski in multimineralni izdelek z omega 3-maščobnima kislinama DHK in EPK, namenjen ženskam, ki načrtujejo nosečnost, nosečnicam in doječim materam. Dvojno pakiranje sestavljajo tablete, ki vsebujejo 11 vitaminov in 9 mineralov ter kapsule z omega-3 maščobnimi kislinami.

Ženske, ki načrtujejo zanositev, nosečnice in doječe matere potrebujejo večji vnos vitaminov in mineralov. Njihova prehrana mora biti ustrezna, da zagotovi vsa potrebna hranila v primernih količinah. Ker so potrebe po določenih hranilih v tem obdobju še posebej visoke, priporočamo njihov dodaten vnos.

Vnos dokozaheksaenojske kisline (DHK) prek matere pomaga pri normalnem razvoju oči in možganov pri fetusu in dojenčku, dojenem z materinim mlekom. Koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 200 mg DHA, poleg priporočenega dnevnega vnosa omega-3 maščobnih kislin za odrasle, ki znaša 250 mg DHA in eikozapentaenojske kisline (EPK).

Tablete Premama Duo	1 tableta (1,26 g)	PDV*
Kalcij	200 mg	25 %
Vitamin C	85 mg	106 %
Magnezij	56 mg	15 %
Niacin	18 mg	113 %
Vitamin E	15 mg	125 %
Železo	15 mg	107 %
Pantotenska kislina	6 mg	100 %
Cink	5 mg	50 %
Mangan	2 mg	100 %
Vitamin B ₆	1,9 mg	136 %
Tiamin	1,4 mg	127 %
Riboflavin	1,4 mg	100 %
Baker	1 mg	100 %
Folna kislina	400 µg	200 %
Selen	60 µg	109 %
Molibden	50 µg	100 %
Biotin	30 µg	60 %
Krom	30 µg	75 %
Vitamin D	10 µg	200 %
Vitamin B ₁₂	2,6 µg	104 %

*PDV – priporočeni dnevni vnosi

TABLETE

Sestavine: sredstvi za zgostitev (kalcijev fosfat, mikrokristalična celuloza), L-askorbinska kislina (vitamin C), magnezijev oksid, železov fumarat, DL-alfa-tokoferil acetat (vitamin E), nikotinamid (niacin), sredstvi za glaziranje (hidroksipropilmetil celuloza, maltodekstrin), sredstva proti sprijemanju (polietilenglikol, magnezijev stearat, silicijev dioksid, stearinska kislina), piridoksin hidroklorid (vitamin B₆), kalcijev D-pantotenat (pantotenska kislina), cinkov oksid, tiamin mononitrat (tiamin), riboflavin, holekalciferol (vitamin D), barvila (titanov dioksid, železovi oksidi), magnezijev karbonat, cianokobolamin (vitamin B₁₂), bakrov citrat, pteroilmonoglutaminska kislina (folna kislina), kromov (III) klorid in njegov heksahidrat, natrijev selenit, amonijev (VI) molibdat, D-biotin.

Kapsule Premama Duo	1 kapsula (0,643 g)	PDV*
Omega-3 ribje olje	445 mg	/
DHK (dokozaheksaenojska kislina)	200 mg	/
EPK (eikozapentaenojska kislina)	40 mg	/
Vitamin E	3,3 mg	28 %

*PDV – priporočeni dnevni vnosi

KAPSULE

Sestavine: ribje olje, želatina; stabilizator: glicerol, D-alfa-tokoferol (vitamin E).

DELOVANJE:

Tablete Premama Duo vsebujejo poleg nekaterih drugih vitaminov in mineralov tudi folno kislino, ki je še posebej potrebna za pokrivanje potreb ženskega telesa v rodnem obdobju: pred zanositvijo, med nosečnostjo in dojenjem:

- Uživanje dopolnil s **folno kislino** zviša nivo folata pri nosečnici. Nizek nivo folata pri nosečnici je dejavnik tveganja za okvare nevralne cevi pri razvijajočem se plodu. Koristni učinek se doseže z dopolnjevanjem prehrane žensk v rodni dobi s 400 µg folne kisline dnevno vsaj en mesec pred in do tri mesece po zanositvi. Za okvaro nevralne cevi pri razvijajočem se plodu obstaja več dejavnikov tveganja. Sprememba enega teh dejavnikov tveganja ima lahko ugoden učinek, kar pa ni njuno.
- **Vitamin D** prispeva k normalni absorpciji kalcija in fosforja, normalni ravni kalcija v krvi ter ohranjanju zdravih kosti in zdravih zob.
- **Železo** ima vlogo pri kognitivnih funkcijah, pri nastajanju rdečih krvničk in hemoglobina ter pri prenosu kisika v telesu. Prispeva k sproščanju energije pri presnovi in k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti.
- **Kalcij** je potreben za ohranjanje zdravih zob in kosti.
- **Vitamin B₁₂** prispeva k presnovi homocisteina ter ima vlogo pri nastajanju rdečih krvničk in delitvi celic.
- **Vitamin C** ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje kože ter povečuje absorpcijo železa.
- **Cink** in **selen** prispevata k ohranjanju zdravih las in nohtov.
- Vnos **dokozaheksaenojske kisline (DHK)** prek matere pomaga pri normalnem razvoju oči in možganov pri fetusu in dojenčku, dojenem z materinim mlekom. Koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 200 mg DHA, poleg sicer priporočenega dnevnega vnosa omega-3 maščobnih kislin za odrasle, ki znaša 250 mg DHA in eikozapentaenojske kisline (EPK).

UPORABA:

Tablete in kapsule Premama Duo so prehransko dopolnilo, ki s svojo sestavo omogoča pokrivanje povečanih potreb ženskega telesa po vitaminih, mineralih in DHK pred zanositvijo, med nosečnostjo in dojenjem.

DOZIRANJE IN NAČIN UPORABE:

Ženske, ki načrtujejo nosečnost, nosečnice in doječe matere naj vzamejo eno tableto in eno kapsulo dnevno, z nekaj tekočine, po obroku. Priporočene dnevne količine oziroma odmerka se ne sme prekoračiti.

PREVIDNOSTNI UKREPI:

Tablete in kapsule Premama Duo se v primeru preobčutljivosti na katerokoli sestavino ne smejo uporabljati.

Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano.

Pomembna sta raznolika in uravnotežena prehrana ter zdrav način življenja.

VRSTA PAKIRANJA:

Kartonska škatlica vsebuje 30 tablet (v 3 pretisnih omotih) in 30 mehkih kapsul (v 2 pretisnih omotih) ter navodilo za uporabo.

NETO KOLIČINA: 57,09 g (30 tablet po 1,26 g, 30 kapsul po 0,643 g).

ROK UPORABE:

Uporabno najmanj do konca in številka serije sta odtisnjena na stranski ploskvi zunanje embalaže.

NAVODILA ZA SHRANJEVANJE:

Prehransko dopolnilo hranite pri temperaturi 15-25 °C, zaščiteno pred vlago in svetlobo.

Shranjevati nedosegljivo otrokom!

Proizvedeno v EU

Uvoznik: ALKALOID INT d.o.o., Šlandrova ulica 4, 1231 Ljubljana-Črnuče, Slovenija