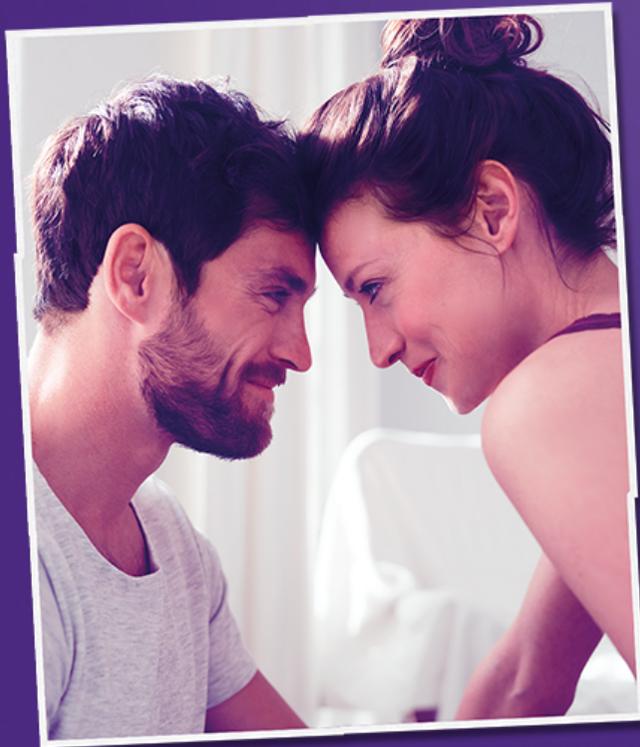




VORBEREITUNG AUF DIE SCHWANGERSCHAFT



*Femibion.
Aus Liebe zum
neuen Leben.*

| Wichtige Inhaltsstoffe | Femibion® BabyPlanung | Elevit® 1 | Folio® Forte | Femibaby® | Was du wissen solltest: |
|-----------------------------|-----------------------|--|---------------|--|---|
| FOLAT | 800 µg | 800 µg | 800 µg | 600 µg | Folsäure wird im Körper zu Folat umgewandelt. Das ist wichtig, da ein niedriger mütterlicher Folatspiegel ein Risikofaktor für einen Neuralrohrdefekt sein kann. ¹ Folat trägt auch zum Wachstum der Plazenta bei. |
| FOLSÄURE | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| METAFOLIN® | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | Metafolin® ist eine Folatform, die vom Körper sofort genutzt werden kann. Anders als herkömmliche Folsäure muss es nicht umgewandelt werden und steht dem Körper direkt zur Verfügung. |
| VITAMIN D3 | ✓ (20 µg) | ✓ (5 µg) | ✓ (20 µg) | ✓ (20 µg) | Zur Unterstützung des Immunsystems und der Zellteilung. Die DGE empfiehlt die Einnahme von 20 µg / 800 I.E. pro Tag. ² |
| JOD | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | Unterstützt die normale Funktion der Schilddrüse. Empfohlen: 150 µg täglich. ³ |
| Andere Inhaltsstoffe | Vit. B2, B6, B12, E. | Vit. A, B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothensäure, Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Selen, Mangan. | Vit. B12. | Vit. B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothensäure, Calcium, Magnesium, Eisen, Omega-3 Fettsäuren (DHA). | |

Femibion ist ein Nahrungsergänzungsmittel und kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise.

¹Die ergänzende Einnahme von Folsäure erhöht den Folat-Spiegel der Frau ab Kinderwunsch. Ein niedriger Folat-Spiegel ist bei Schwangeren einer der Risikofaktoren für die Entstehung eines Neuralrohrdefekts beim Embryo. Dafür sollten zusätzlich täglich 400 µg Folsäure über einen Zeitraum von mindestens 1 Monat vor und bis zu 3 Monate nach der Empfängnis eingenommen werden. Der Zusammenhang zwischen einem niedrigen Folat-Spiegel und der Entstehung eines Neuralrohrdefekts ist wissenschaftlich belegt. Ein Neuralrohrdefekt ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt. Die Veränderung eines Risikofaktors kann eine positive Wirkung haben oder auch nicht. Es gibt weitere Faktoren, die das Risiko für einen Neuralrohrdefekt unabhängig davon erhöhen können.

²Referenzwert der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung). Eine Zufuhr von 20 µg Vitamin D wird empfohlen bei fehlender Sonnenlichtexposition (fehlender endogener Synthese).

³Alexander EK et al. Empfehlungen der Amerikanischen Schilddrüsengesellschaft. Thyroid. 2017;27(3):315-389. Bundesinstitut für Risikobewertung 2014: 1-8. Jod, Folate/Folsäure und Schwangerschaft.



1.-12. SCHWANGER- SCHAFTSWOCHE



| Wichtige Inhaltsstoffe | Femibion® 1 | Elevit® 1 | Folio® Forte | Femibaby® | Was du wissen solltest: |
|-----------------------------|--|---|---------------|---|--|
| FOLAT | 800 µg | 800 µg | 800 µg | 600 µg | Folsäure wird im Körper zu Folat umgewandelt. Das ist wichtig, da ein niedriger mütterlicher Folatspiegel ein Risikofaktor für einen Neuralrohrdefekt sein kann ¹ . Folat trägt auch zum Wachstum der Plazenta bei. |
| FOLSÄURE | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| METAFOLIN® | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | Metafolin® ist eine Folatform, die vom Körper sofort genutzt werden kann. Anders als herkömmliche Folsäure muss es nicht umgewandelt werden und steht dem Körper direkt zur Verfügung. |
| VITAMIN D3 | ✓ (20 µg) | ✓ (5 µg) | ✓ (20 µg) | ✓ (20 µg) | Zur Unterstützung des Immunsystems und der Zellteilung. Die DGE empfiehlt die Einnahme von 20 µg / 800 I.E. pro Tag ² . |
| JOD | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | Unterstützt die normale Funktion der Schilddrüse. Empfohlen: 150 µg täglich ³ . |
| Andere Inhaltsstoffe | Vit. B1, B2, B6, B12, E, C, Niacin, Biotin, Pantothen-säure. | Vit. A, B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothen-säure, Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Selen, Mangan. | Vit. B12. | Vit. B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothen-säure, Calcium, Magnesium, Eisen, Omega-3 Fettsäuren (DHA). | |

*Femibion.
Aus Liebe zum
neuen Leben.*

Femibion ist ein Nahrungsergänzungsmittel und kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise.

¹Die ergänzende Einnahme von Folsäure erhöht den Folat-Spiegel der Frau ab Kinderwunsch. Ein niedriger Folat-Spiegel ist bei Schwangeren einer der Risikofaktoren für die Entstehung eines Neuralrohrdefekts beim Embryo. Dafür sollten zusätzlich täglich 400 µg Folsäure über einen Zeitraum von mindestens 1 Monat vor und bis zu 3 Monate nach der Empfängnis eingenommen werden. Der Zusammenhang zwischen einem niedrigen Folat-Spiegel und der Entstehung eines Neuralrohrdefekts ist wissenschaftlich belegt. Ein Neuralrohrdefekt ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt. Die Veränderung eines Risikofaktors kann eine positive Wirkung haben oder auch nicht. Es gibt weitere Faktoren, die das Risiko für einen Neuralrohrdefekt unabhängig davon erhöhen können.

²Referenzwert der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung). Eine Zufuhr von 20 µg Vitamin D wird empfohlen bei fehlender Sonnenlichtexposition (fehlender endogener Synthese).

³Alexander EK et al. Empfehlungen der Amerikanischen Schilddrüsengesellschaft. Thyroid. 2017;27(3):315-389. Bundesinstitut für Risikobewertung 2014: 1-8. Jod, Folate/Folsäure und Schwangerschaft.

AB DER 13. SCHWANGERSCHAFTSWOCHE



Femibion.
Aus Liebe zum neuen Leben.



| Wichtige Inhaltsstoffe | Femibion® 2 | Elevit® 2 | Folio® | Femibaby® | Was du wissen solltest: |
|------------------------|--|---|---------------|---|---|
| FOLAT | 400 µg | 400 µg | 400 µg | 600 µg | Folsäure wird im Körper zu Folat umgewandelt. Das ist wichtig, da ein niedriger mütterlicher Folatspiegel ein Risikofaktor für einen Neuralrohrdefekt sein kann. ¹ Folat trägt auch zum Wachstum der Plazenta bei. |
| FOLSÄURE | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| METAFOLIN® | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | Metafolin® ist eine Folatform, die vom Körper sofort genutzt werden kann. Anders als herkömmliche Folsäure muss es nicht umgewandelt werden und steht dem Körper direkt zur Verfügung. |
| VITAMIN D3 | ✓ (20 µg) | ✓ (5 µg) | ✓ (20 µg) | ✓ (20 µg) | Zur Unterstützung des Immunsystems und der Zellteilung. Die DGE empfiehlt die Einnahme von 20 µg / 800 I.E. pro Tag. ² |
| Omega 3/ DHA | ✓ (200 mg) | ✓ (200 mg) | ✗ | ✓ (250 mg) | Zur Unterstützung der normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen eines Kindes. ³ |
| JOD | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | ✓ (150 µg) | Unterstützt die normale Funktion der Schilddrüse. Empfohlen: 150 µg täglich. ⁴ |
| Andere Inhaltsstoffe | Vit. B2, B6, B12, E, C, Niacin, Biotin, Pantothen-säure. | Vit. A, B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothen-säure, Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Selen, Mangan. | Vit. B12. | Vit. B1, B2, B6, B12, C, E, Niacin, Biotin, Pantothen-säure, Calcium, Magnesium, Eisen. | |

Femibion ist ein Nahrungsergänzungsmittel und kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise.

¹Die ergänzende Einnahme von Folsäure erhöht den Folat-Spiegel der Frau ab Kinderwunsch. Ein niedriger Folat-Spiegel ist bei Schwangeren einer der Risikofaktoren für die Entstehung eines Neuralrohrdefekts beim Embryo. Dafür sollten zusätzlich täglich 400 µg Folsäure über einen Zeitraum von mindestens 1 Monat vor und bis zu 3 Monate nach der Empfängnis eingenommen werden. Der Zusammenhang zwischen einem niedrigen Folat-Spiegel und der Entstehung eines Neuralrohrdefekts ist wissenschaftlich belegt. Ein Neuralrohrdefekt ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt. Die Veränderung eines Risikofaktors kann eine positive Wirkung haben oder auch nicht. Es gibt weitere Faktoren, die das Risiko für einen Neuralrohrdefekt unabhängig davon erhöhen können.

²Referenzwert der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung). Eine Zufuhr von 20 µg Vitamin D wird empfohlen bei fehlender Sonnenlichtexposition (fehlender endogener Synthese).

³Die Aufnahme von Docosahexaensäure (DHA) durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesmenge von 250 mg Omega-3-Fettsäuren täglich 200 mg DHA zugeführt werden.

⁴Alexander EK et al. Empfehlungen der Amerikanischen Schilddrüsengesellschaft. Thyroid. 2017;27(3):315-389. Bundesinstitut für Risikobewertung 2014: 1-8. Jod, Folate/Folsäure und Schwangerschaft.