



Допелхерц® актив

# Актив Мама

Не съдържа  
лактоза и глутен

Хранителна добавка

100 mg DHA  
300 µg Фолиева киселина  
50 µg Йод  
7,5 mg Желязо  
2,5 µg Витамин D  
5 mg Цинк  
+ Витамин С, Е  
+ В-Витамини

Бременността е период, в който настъпват важни промени в организма на бъдещата майка. Адекватното снабдяване с всички необходими хранителни вещества при жените, които планират бременност, както и при бременните и кърмачките, е от съществено значение, тъй като плодът, както и новороденото, получават хранителни вещества от майчиния организъм.

Това изиска спазването на пълноценен и разнообразен хранителен режим, обогатен с витамини, минерали, микроелементи и други важни хранителни съставки.

Данни от съвременни изследвания (Германия 2008) за хранителните препоръки към населението показват, че приемът на фолиева киселина, йод, желязо и Омега-3 мастни киселини, е особено препоръчителен за жените.

**Допелхерц® актив Актив Мама съдържа 12 витамина, 5 минерала и микроелемента, пълноценно комбинирани с Омега-3 мастни киселини, за задоволяване на повишениите нужди преди, по време и след бременността!**

Важна е комбинацията!

Съставки	Съдържание в 1 капсула	% от ХРС *
<b>Витамини</b>		
Витамин С	55 mg	69
Ниацин	7,5 mg NE	47
Витамин Е	6,5 mg α-TE	54
Пантотенова киселина	3 mg	50
Бета-каротен	1 mg	
съдържащ витамин А	167 µg RE	21
Витамин В <sub>6</sub>	0,95 mg	68
Витамин В <sub>2</sub>	0,75 mg	54
Витамин В <sub>1</sub>	0,6 mg	55
Фолиева киселина	300 µg	150
Биотин	30 µg	60
Витамин D	2,5 µg	50
Витамин В <sub>12</sub>	1,75 µg	70

Съставки	Съдържание в 1 капсула	% от ХРС *
<b>Минерали/микроелементи</b>		
Желязо	7,5 mg	54
Цинк	5 mg	50
Йод	50 µg	33
<b>ОМЕГА 3 мастни киселини</b>		
Масло от морски риби	310 mg съдържащ 100 mg DHA	**

\* Хранителни референтни стойности, съгласно Регламент (EC) 1169/2011

\*\* Няма определени хранителни референтни стойности

Фолиевата киселина е една от най-важните хранителни съставки по време на бременността, тъй като подпомага нормалния растеж на тъканите. В допълнение, има роля в процесите на клетъчно делене, които са в основата на вътребутробното развитие. Фолиевата киселина играе важна роля още от самото начало на бременността, в периода, в който жената често няма представа, че е бременна. Ето защо е препоръчително жените, които планират бременност да приемат фолиева киселина регулярно.

Съществено значение за бременните има и приемът на йод. Той обуславя правилното функциониране на щитовидната жлеза и участва в нейните хормони. Тироидните хормони контролират много метаболитни процеси като растежа, енергийния обмен и не на последно място, развитието и съзряването на нервната система.

Друг важен микроелемент за тази фаза от живота е желязото - при бременност нуждите от желязо нарастват с около 50%. То се използва за синтез на хемоглобин, отговорен за образуването на червени кръвни клетки и транспорта на кислород в кръвта. Трябва да се има предвид, че кръвообращението на плода, всъщност е част от това на майката.

Желязото, наред с цинк и витамините B<sub>12</sub> и D също имат роля в процеса на клетъчно делене.

#### Полезни Омега-3 мастни киселини за майката и детето

Важни представители на Омега-3 мастните киселини са ейкозапентаеновата (EPA) и докозахексаеновата (DHA). Докозахексаеновата киселина (DHA) допринася за нормалната функция на мозъка и зрението.

Тези благотворни ефекти се получават при дневен прием на 250 mg DHA. Още по време на бременността майката трябва да осигурява достатъчно DHA.

Омега-3 мастните киселини не могат да се произвеждат в организма без наличието на необходимите прекурсори, ето защо те трябва да бъдат приемани с храната. Само някои храни обаче, съдържат тези мастни киселини. Добри източници са, например, студеноводните риби, като съомга, херинга и скумпия. Ако се спазват тези препоръки, рибата по време на бременността е важна храна с оглед снабдяването с Омега-3 мастни киселини, както и с микроелементите йод и селен.

Витамин B<sub>6</sub> допринява за регулиране на хормоналната дейност, а заедно с витамины B<sub>2</sub> и B<sub>12</sub> участват в производството на червени кръвни клетки. Витамин A, от своя страна, подпомага процесите на специализация на клетките.

Отношение към подпомагане функцията на имунната система имат доста от съставките на Допелхерц® актив Актив Мама - витамините A, D, C, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, фолиева киселина и микроелементите желязо и цинк. Добре известно е, че необходима предпоставка за нормалното развитие на плода е здравият майчин организъм.

Не на последно място, с грижа за външния вид на бъдещите майки, сме добавили и биотин в тази комбинация - той допринася за поддържането на нормалното състояние на коса и кожа.

Приемът на Допелхерц® актив Актив Мама допринася за покриването на повишенните нужди от витамини, минерали, микроелементи и Омега-3 мастни киселини на бременните, кърмачките и жените, които планират бременност.

#### Препоръчителен прием:

При бременност и кърмене: след консултация с лекар или фармацевт, приемайте 1 капсула дневно по време на хранене, с достатъчно течност. За планиращи бременност - също по 1 капсула.

Да не се сдъвква.

#### Внимание:

Да не се превишава препоръчаната дневна доза! Хранителните добавки не могат да заместват разнообразното и балансирано хранене, и здравословния начин на живот. Едновременният прием на друг йод-съдържащ продукт задължително да става след консултация с лекар. Продуктът не е подходящ за деца и юноши под 16 години! Съхранявайте при температура до 25 °C на недостъпно за малки деца място.

30 капсули = 39 g нетно тегло

#### Съставки:

Масло от морски риби (24%); калциев карбонат; желатин; соево масло (частично хидрогенирано); магнезиев оксид; калциев-L-аскорбат; влагозадържащи агенти: глицерол и сорбитол; соево масло; железен фумарат; пълнител: жълт пчелен восък; емулгатор: соеви лецитини; никотинамид; D-алфа-токоферол; цинков оксид; оцветител: железни оксиidi и хидроксиди; калциев-D-пантотенат; пиридоксин хидрохлорид; бета каротен; тиамин мононитрат; рибофлавин; птероилмоноглутаминова киселина; калиев йодат; D-биотин; холекалциферол; цианокобаламин.

#### Производител:

  
**Queisser**  
PHARMA  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg  
ГЕРМАНИЯ

Представителство за България:  
КУАЙСЕР ФАРМА БЪЛГАРИЯ ЕООД  
София 1700, ул. Проф. Рашо Рашев 4  
Тел. 024412764  
Имейл: info@queisser.bg  
www.doppelherz.bg