

PRO VAŠE SPLNĚNÉ PŘÁNÍ

Děkujeme, že jste si vybrala výrobek z produktové řady „CHYTRÉ MIMINKO“®. Je to správný krok, pokud chcete udělat maximum pro zajištění optimální výživy v období plánování početí, těhotenství a kojení. Nezapomínejte na to, že základem je vyvážená a pestrá strava a náš produkt je jen jejím důležitým doplňkem. Přečtěte si prosím následující informace a rady, které Vám pomohou zorientovat se v tom, co během plánování těhotenství a těhotenství vaše tělo potřebuje ve zvýšeném množství.

Produktová rodina Chytré miminko® vznikla z iniciativy českých lékařů, vědců a výživových specialistů. Složení všech produktů odpovídá aktuálním poznatkům z klinických studií o výživě matky během početí a těhotenství a doporučením odborných společností.

Co mají všechny přípravky z řady Chytré miminko® společné?

Chytré
miminko®

INOVACE
KVALITA
DOSTUPNOST

složení odpovídá nejnovějším poznatkům vědy
výroba probíhá ve stejných podmínkách jako výroba léčivých přípravků
cena dostupná pro každou maminku

NEJDŮLEŽITĚJŠÍ SLOŽKY ŘADY CHYTRÉ MIMINKO

FOLÁT (Kyselina listová)

DOPLŇKOVÝ PŘÍJEM FOLÁTU U TĚHOTNÝCH V DÁVCE ALESPŮŇ 400 µg DENNĚ SNIŽUJE VÝSKYT VROZENÝCH VAD NEURÁLNÍ TRUBICE VYVÍJEJÍCÍHO SE PLODU*

Foláty jsou nejdůležitější složkou všech těhotenských doplňků stravy. Jednotlivé přípravky dostupné na trhu se od sebe liší obsahem a typem použitého folátu.

KOLIK FOLÁTU POTŘEBUJI BĚHEM TĚHOTENSTVÍ?

Dle aktuálního doporučení České gynekologicko-porodnické společnosti je nutno navíc k vyvážené stravě užívat ALESPŮŇ 400µg folátu denně ve formě doplňku stravy!!

V této dávce byste měla užívat folát (kyselina listová) od okamžiku, kdy ZAČNĚTE PLÁNOVAT těhotenství (MINIMÁLNĚ jeden měsíc před početím), protože nejkritičtější období z hlediska nedostatku folátu jsou první 3 měsíce těhotenství (1. trimestr).

Foláty se liší svojí biologickou a metabolickou dostupností. Superfolin® obsahuje nejmodernější variantu – Quatrefolic®, italský patentovaný metylfolát čtvrté generace.



SUPERFOLIN® obsahuje 400 µg kyseliny listové a 600 µg QUATREFOLIC® (dohromady odpovídá zhruba 800 µg folátu)

* Na vzniku vrozených vad, na které toto zdravotní tvrzení odkazuje, se podílí více rizikových faktorů, takže úprava jednoho z těchto rizikových faktorů (v tomto případě dostatečný příjem folátu) jen snižuje riziko jejich výskytu.

DHA

DOSTATEČNÝ PŘÍJEM DHA VE STRAVĚ MATKY (zejména ve 2. a 3. trimestru a při kojení) VÝZNAMNĚ PŘÍSPÍVÁ K NORMÁLNÍMU VÝVOJI MOZKU A ZRAKU VAŠEHO MIMINKA.

DHA je mastná kyselina obsažená ve větším množství pouze v tuku mořských ryb a mořských řasách (proto nám naše babičky nutily rybí tuk...😊). DHA představuje důležitou složku pro vývoj mozku (tvoří až 97% ω-3 lipidů mozku) a očí (tvoří až 93% ω-3 lipidů v oku). Doporučenou dávku DHA (250 mg denně) získáte, pokud budete konzumovat alespoň tři rybí pokrmy (losos, tuňák, sled, makrela) týdně, nebo formou doplňku stravy.

SUPERFOLIN® obsahuje 250 mg DHA

JÓD

Jód je důležitý pro správný růst a metabolismus, při jeho nedostatku může dojít k mentálnímu poškození plodu. Zbytečně vyšší příjem jódu může naopak působit potíže u žen s poruchami štítné žlázy (léčených, ale také ještě nediagnostikovaných).

Česká endokrinologická společnost těhotným doporučuje plošnou substituci jódu v dávce 100 µg denně.

SUPERFOLIN® obsahuje 100 µg jódu

VITAMIN D3

Vitamin D zastává v těle řadu důležitých funkcí. Kromě správné tvorby kostí a zubů hraje důležitou roli ve správném fungování imunity a také v procesu dělení buněk. Hlavním zdrojem vitamínu D3 je sluníčko, menší množství vitamínu D najdeme také v potravě. V zimních měsících jsou zejména těhotné ohroženy nedostatkem vitamínu D.

SUPERFOLIN® obsahuje 20 µg vitamínu D3

TABLETA:

Aktivní látka	Množství	%RHP*
Kyselina listová	400 µg	200
QUATREFOLIC®	600 µg	300
Vitamin B12	3,5 µg	140
Vitamin B2	1,6 mg	114
Vitamin C	110 mg	138
Vitamin B6	1,9 mg	136
Biotin	60 µg	120
Kyselina pantothenová	6 mg	100
Jód	100 µg	67
Vitamin E	13 mg	108
Niacin	15 mg	94
Vitamin D3	20 µg	400

SLOŽENÍ TABLETY:

Aktivní látky: glukosaminová sůl kyseliny methyltetrahydrolistové, kyselina listová, DL-α-tokoferyl acetát, kyselina L-ascorbová, riboflavin, pyridoxin hydrochlorid, kyanokobalamin, biotin, niacin, D-pantotenát vápenatý, jodid draselný. **Přidatné látky:** hydrogenfosforečnan vápenatý (plnidlo), mikrokrytalická celulóza (PL), polyvinylpyrrolidon (S), sodná sůl kroskarmelózy (S), oxid křemičitý (PL), želatina, talek (PL), stearan hořečnatý (PL). **Potah tablety:** lešticí látky - hydroxypropylcelulóza, hydroxypropylmethylcelulóza.

SLOŽENÍ KAPSLE:

aktivní látky: kyselina dokosahexaenová 250 mg (upravený rybí olej), želatina; **přidatné látky:** vitamin E 1000 IU/g; **obal tobolky:** želatina, glycerol, voda

KAPSLE:

Aktivní látka	Množství	%RHP*
DHA	250 mg	**
EPA	55 mg	**

- * - referenční hodnota příjmu
- ** - není stanovena
- PL - protispěšková látka
- S - stabilizátor

Český výrobek



DOPORUČENÍ:

SUPERFOLIN 1
užívejte před početím a první
3 měsíce těhotenství
(první trimestr).



DOPORUČENÍ:

SUPERFOLIN 2
užívejte od 4. měsíce těhotenství
do porodu (druhý a třetí trimestr)
a během kojení

Podrobnosti o výživě při plánování těhotenství a při těhotenství samém, a taky spoustu dalších informací najdete na www.chytremiminko.cz.

Poznámka: Všechna zdravotní tvrzení obsažená v tomto textu odpovídají schváleným tvrzením EU Register on nutrition and health claims platných ke dni 7/4 2015.

Magnesium citrát complex

- hořčíkový komplex s vysokou biologickou dostupností
- vynikající složení pro těhotné

