

## 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?

### INOVACE

složení odpovídá nejnovějším poznatkům vědy

### KVALITA

výroba probíhá ve stejných podmínkách jako výroba léčivých přípravků

### DOSTUPNOST

cena dostupná pro každou maminku

## FERTIPRONA je výživový doplněk vyvinutý speciálně pro:

- ženy, které se chystají otěhotnět
- těhotné, které mají nebo jim hrozí (např. kvůli nadváze) potíže s metabolismem cukrů a tuků

## NEJDŮLEŽITĚJŠÍ SLOŽKY

### FOLÁT (Kyselina listová)

DOPLŇKOVÝ PŘÍJEM FOLÁTU U TĚHOTNÝCH V DÁVCE ALE SPŮNĚ 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 BĚHEM TĚHOTENSTVÍ?

Dle aktuálního doporučení České gynekologicko-porodnické společnosti je nutno navíc k vyvážené stravě užívat 400-800 µg folátu denně ve formě doplňku stravy!!

V této dávce byste měla užívat folát (kyselinu listovou) 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).

FERTIPRONA obsahuje v denní dávce 400 µg kyseliny listové a 400 µg metylfolátu (dohromady odpovídá zhruba 800 µg folátu)

## 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 nedidiagnostikovaných).

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

**FERTIPRONA** obsahuje v denní dávce 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.

**FERTIPRONA** obsahuje v denní dávce 20 µg vitamínu D3

## INOSITOL

Inositol je nedílnou součástí buněčných membrán. Řadu důležitých funkcí plní také v mozku. V těle se účastní transportu a metabolismu mastných kyselin a cholesterolu. Brání jejich ukládání v játrech. Je součástí různých enzymů a napomáhá odstraňování volných radikálů.

**FERTIPRONA** obsahuje v denní dávce 4g inositolu



Podrobnosti o výživě při plánování těhotenství a při těhotenství samém, a taky spoustu dalších informací najdete na [www.chytrémimínko.cz](http://www.chytrémimínko.cz).

## Magnesium citrát complex

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



Poznámka: Všechna zdravotní tvrzení obsažená v tomto textu odpovídají schváleným tvrzením EU Register on nutrition and health claims platných ke dni 16/1 2017.