

FOLAVIT 0,4 Essential

Folavit 0,4 Essential is een voedingssupplement specifiek ontwikkeld voor vrouwen tijdens de zwangerschap en borstvoedingsperiode.

Een dagdosis Folavit 0,4 Essential omvat:

- 1 tablet met 451 µg calcium-L-methylfolaat (equivalent aan 400 µg foliumzuur) en 100 µg jodium (onder de vorm van kaliumjodide) en
- 1 capsule (zonder gelatine) met 20 µg (800 IE) vitamine D3 en 200 mg docosahexaeenzuur (DHA)

Eigenschappen

• **Calcium-L-methylfolaat** is het calciumzout van 5-methyltetrahydrofolaat (5-MTHF), de actieve vorm van folaat en belangrijkste vorm van folaat in de bloedcirculatie. Dit in tegenstelling tot foliumzuur (synthetische vorm van folaat) dat eerst moet worden omgezet in het lichaam tot de actieve vorm vooraleer het zijn biologische functies kan uitoefenen.

• Toediening van calcium-L-methylfolaat verhoogt de folaatstatus van de vrouw. Een lage folaatstatus van de zwangere vrouw is een risicofactor voor het ontstaan van neuraalbuisdefecten bij de zich ontwikkelende foetus. Een neuraalbuisdefect is een aangeboren afwijking ten gevolge van een abnormale vorming van het centrale zenuwstelsel (bv. open ruggetje).

• Folaten spelen een rol in het celdelingsproces en dragen bijgevolg bij tot de weefselgroei van de moeder tijdens de zwangerschap. Bovendien ondersteunen folaten een normale bloedvorming. Tijdens de zwangerschap dragen folaten bij tot het vergroten van de rode bloedcelmassa van de moeder, de vorming van de placenta en de groei van de foetus, baarmoeder en borsten.

• Folaten zijn goed voor een normale werking van het immuunsysteem en normale psychologische functies zoals concentratie, leren, geheugen, redeneren en stressbestendigheid. Bovendien dragen folaten bij tot de vermindering van vermoeidheid.

• **Jodium** draagt bij tot een normale productie van schildklierhormonen en tot een normale werking van de schildklier. Voor zwangere vrouwen is de aanbevolen dagelijkse inname van jodium hoger omdat voldoende schildklierhormonen geproduceerd moeten worden om ook aan de behoeften van de foetus te voldoen.

• Het is aanbevolen dat zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven dagelijks extra **vitamine D** innemen om de hoeveelheid vitamine D die wordt doorgegeven aan het kind te verhogen.

• De inname van **docosahexaeenzuur (DHA)** door de moeder draagt bij tot de normale ontwikkeling van de ogen en hersenen bij de foetus en bij zuigelingen die borstvoeding krijgen. Docosahexaeenzuur (DHA) behoort tot de klasse van lange keten omega-3 polyonverzadigde vetzuren. Algen worden gebruikt als bron voor DHA in Folavit 0,4 Essential.

Gebruiksaanwijzing

• 1 tablet en 1 capsule per dag, bij voorkeur met een glas water.

• Alle vrouwen die een kind wensen, dienen ten minste één maand voor en tot drie maanden na de bevruchting dagelijks een equivalent van 400 µg foliumzuur in te nemen. Er bestaan nog andere risicofactoren voor het ontstaan van neuraalbuisdefecten zodat toediening van foliumzuur of calcium-L-methylfolaat het optreden ervan niet volledig kan uitsluiten.

• Het gunstige effect van DHA tijdens zwangerschap en borstvoeding wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 200 mg DHA naast de aanbevolen dagelijkse inname voor omega-3-vetzuren voor volwassenen, d.w.z.: 250 mg DHA en eicosapentaenezuur (EPA).

• Aanbevelen vanaf bevestiging van de zwangerschap.

• Mag tijdens de hele zwangerschap en borstvoedingsperiode ingenomen worden.

• Ook geschikt voor vegetariërs en veganisten.

• Niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl gebruiken.

Ingrediënten

Tablet		
Calcium-L-methylfolaat	451 µg (equivalent aan 400 µg foliumzuur)	200% referentie-inname
Jodium (onder de vorm van kaliumjodide)	100 µg	67% referentie-inname
Capsule		
Vitamine D3	20 µg (800 IE)	400% referentie-inname
Docosahexaeenzuur (DHA)	200 mg	

400 µg foliumzuur = 0,4 mg foliumzuur

Tablet

Vulstof: microkristallijne cellulose, rijstzetmeel - Glansmiddel: glycerol dibehenaat, stearinezuur - Antiklontermiddel: siliciumdioxide, magnesiumstearaat - Stabilisator: ascorbinezuur

Capsule

Nutriënt: olie van de microalg *Schizochytrium* sp. - antiklontermiddel: siliciumdioxide – stabilisator : tocoferolrij extract

Verdeler

KELA Pharma nv, Sint Lenaartseweg 48, B-2320 Hoogstraten

FOLAVIT 0,4 Essential

Folavit 0,4 Essential est un complément alimentaire spécifiquement conçu pour les femmes enceintes et allaitantes.

Une dose journalière de Folavit 0,4 Essential comprend :

- 1 comprimé contenant 451 µg de L-méthylfolate de calcium (équivalent à 400 µg d'acide folique) et 100 µg d'iode (sous la forme d'iodure de potassium) et
- 1 gélule (sans gélatine) contenant 20 µg (800 UI) de vitamine D3 et 200 mg d'acide docosahexaénoïque (DHA)

Propriétés

• Le **L-méthylfolate de calcium** est le sel de calcium du 5-méthyltétrahydrofolate (5-MTHF), la forme active du folate et la forme la plus importante de folate dans la circulation sanguine. Ceci, à l'opposé de l'acide folique (forme synthétique du folate) qui doit d'abord être converti en forme active dans le corps avant de pouvoir exercer ses fonctions biologiques.

• L'administration de L-méthylfolate de calcium augmente le statut en folates chez la femme. Un faible statut en folates chez la femme enceinte augmente les risques d'apparition d'anomalies du tube neural chez le fœtus en développement. Une anomalie du tube neural est un trouble congénital causé par une formation anormale du système nerveux central (par exemple le spina bifida).

• Les folates jouent un rôle dans le processus de division cellulaire et ils contribuent à ce titre à la croissance des tissus maternels durant la grossesse. En outre, les folates contribuent à la formation normale du sang et à l'augmentation de la masse des globules rouges, à la formation du placenta et à la croissance du fœtus, de l'utérus et des seins durant la grossesse.

• Les folates favorisent le fonctionnement normal du système immunitaire et des fonctions psychologiques normales telles que la concentration, l'apprentissage, la mémoire, le raisonnement et la résistance au stress. En outre, les folates contribuent à réduire la fatigue.

• **L'iode** contribue à la production normale d'hormones thyroïdiennes et à une fonction thyroïdienne normale. La prise quotidienne recommandée d'iode pour les femmes enceintes est plus élevée, car la production d'hormones thyroïdiennes doit être suffisante pour couvrir les besoins du fœtus également.

• Il est recommandé aux femmes enceintes et allaitantes de prendre quotidiennement un supplément de **vitamine D** pour en augmenter la quantité transmise à l'enfant.

• La consommation d'**acide docosahexaénoïque (DHA)** par la mère contribue au développement normal des yeux et du cerveau du fœtus et de l'enfant allaité. L'acide docosahexaénoïque (DHA) appartient à la catégorie des acides gras oméga-3 polyinsaturés à longue chaîne. Les algues sont utilisées comme source de DHA dans le Folavit 0,4 Essential.

Mode d'emploi

• 1 comprimé et 1 capsule par jour, de préférence avec de l'eau.

• Il est recommandé à toutes les femmes qui désirent un enfant de prendre l'équivalent de 400 µg d'acide folique par jour au moins un mois avant la conception et jusqu'à trois mois après la conception. D'autres facteurs de risque favorisent l'apparition d'anomalies du tube neural si bien que l'administration d'acide folique ou de L-méthylfolate de calcium ne peut l'exclure entièrement.

• L'effet bénéfique du DHA pendant la grossesse et l'allaitement est obtenu par la prise journalière de 200 mg de DHA, en plus de la consommation journalière d'acides gras oméga-3 recommandée pour les adultes, soit 250 mg de DHA et d'acide eicosapentaénoïque (EPA).

• Recommandé dès la confirmation de la grossesse.

• Peut être pris pendant toute la durée de la grossesse et la période d'allaitement.

• Convient aussi aux végétariens et végétaliens.

• Ne remplace pas un régime alimentaire varié et équilibré ni un mode de vie sain.

Ingédients

Comprimé		
L-méthylfolate de calcium	451 µg (équivalent à 400 µg d'acide folique)	200% de l'apport de référence
Iode (sous la forme d'iodure de potassium)	100 µg	67% de l'apport de référence
Gélule		
Vitamine D3	20 µg (800 UI)	400% de l'apport de référence
Acide docosahexaénoïque (DHA)	200 mg	

400 µg d'acide folique = 0,4 mg d'acide folique

Comprimé
Agent de charge : cellulose microcristalline, amidon de riz - Agent d'enrobage : dibéhenate de glycérol, acide stéarique - Anti-agglomérant : dioxyde de silicium, stéarate de magnésium - Stabilisant : acide ascorbique
Gélule
Nutriment : huile extraite de la microalgue *Schizochytrium* sp. - anti-agglomérant : dioxyde de silicium – stabilisant : extrait riche en tocophérols

Distributeur
KELA Pharma nv, Sint Lenaartseweg 48, B-2320 Hoogstraten

FOLAVIT 0,4 Essential

Folavit 0,4 Essential ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das speziell für Frauen während der Schwangerschaft und Stillzeit entwickelt wurde.

- Eine Tagesdosis Folavit 0,4 Essential enthält:
- 1 Tablette mit 451 µg Calcium-L-Methylfolat (entspricht 400 µg Folsäure) und 100 µg Jod (in Form von Kaliumjodid) und
 - 1 Kapsel (ohne Gelatine) mit 20 µg (800 IE) Vitamin D3 und 200 mg Docosahexaensäure (DHA)

Eigenschaften

- **Calcium L-Methylfolat** ist das Calcium-Salz von 5-Methyltetrahydrofolat (5-MTHF), der aktiven Form von Folat, die zugleich die wichtigste Folatform im Blutkreislauf bildet. Im Gegensatz dazu muss Folsäure (die synthetische Form von Folat) im Körper erst in die aktive Form umgewandelt werden, bevor sie ihre biologischen Funktionen ausüben kann.
- Die ergänzende Aufnahme von Calcium-L-Methylfolat erhöht bei Schwangeren den Folatspiegel. Ein niedriger Folatspiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus. Ein Neuralrohrdefekt ist eine angeborene Fehlbildung infolge einer anomalen Ausformung des Zentralnervensystems (z. B. offener Rücken).
- Folate spielen eine Rolle im Zellteilungsprozess und tragen so während der Schwangerschaft zum Gewebewachstum der Mutter bei. Außerdem unterstützen Folate eine normale Blutbildung. Während der Schwangerschaft fördern Folate die Produktion roter Blutkörperchen bei der Mutter, die Bildung der Plazenta und das Wachstum von Fötus, Gebärmutter und Brustgewebe.
- Folate fördern die normale Funktion des Immunsystems und normale psychische Funktionen wie Konzentration, Lernvermögen, Gedächtnis, Argumentieren und Stressresistenz. Außerdem tragen Folate zur Verminderung von Ermüdung bei.
- **Jod** trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei. Schwangeren wird empfohlen, täglich mehr Jod zu sich zu nehmen, um ausreichend Schilddrüsenhormone bilden zu können, die auch den Bedarf des Fötus abdecken.
- Es wird empfohlen, dass schwangere und stillende Frauen täglich zusätzliches **Vitamin D** einnehmen, um so die Menge an Vitamin D zu erhöhen, die an das Kind weitergegeben wird.
- Die Aufnahme von **Docosahexaensäure (DHA)** durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung der Augen und des Gehirns beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Docosahexaensäure (DHA) gehört zur Klasse der langkettigen, mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. In Folavit 0,4 Essential werden Algen als DHA-Quelle verwendet.

Hinweise zur Anwendung

- 1 Tablette und 1 Kapsel täglich, vorzugsweise mit einem Glas Wasser.
- Alle Frauen mit einem Kinderwunsch müssen mindestens einen Monat vor und bis zu drei Monate nach der Empfängnis täglich ein Äquivalent von 400 µg Folsäure einnehmen. Es gibt noch andere Risikofaktoren für die Entstehung von Neuralrohrdefekten, sodass die Verabreichung von Folsäure oder Calcium-L-Methylfolat diese nicht zur Gänze ausschließen kann.
- Die positive Wirkung von DHA während der Schwangerschaft und Stillzeit wird erzielt durch eine tägliche Einnahme von 200 mg DHA zusätzlich zur empfohlenen täglichen Bedarfsmenge an Omega-3-Fettsäuren bei Erwachsenen, d. h.: 250 mg DHA und Eicosapentaensäure (EPA).
- Empfohlen ab Bestätigung der Schwangerschaft.
- Darf während der gesamten Schwangerschaft und Stillzeit eingenommen werden.
- Auch geeignet für Vegetarier und Veganer.
- Nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil verwenden.

Bestandteile

Tablette		
Calcium-L-Methylfolat	451 µg (entspricht 400 µg Folsäure)	200% Referenzmenge
Jod (in Form von Kaliumjodid)	100 µg	67% Referenzmenge
Kapsel		
Vitamin D3	20 µg (800 IE)	400% Referenzmenge
Docosahexaensäure (DHA)	200 mg	

400 µg Folsäure = 0,4 mg Folsäure

Tablette
Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Reisstärke - Überzugsmittel: Glyceroldibehenat, Stearinsäure - Trennmittel: Siliciumdioxid, Magnesiumstearat - Stabilisator: Ascorbinsäure
Kapsel
Nährstoff: Öl aus der Mikroalge *Schizochytrium* sp. – Trennmittel: Siliciumdioxid - Stabilisator : stark tocopherolhaltige Extrakte

Vertrieb
KELA Pharma nv, Sint Lenaartseweg 48, B-2320 Hoogstraten

Overzicht gamma • Aperçu de la gamme • Übersicht – Sortiment



Folavit 0,4 Start

Voedingssupplement dat 451 µg calcium-L-methylfolaat (equivalent aan 400 µg foliumzuur) bevat per tablet • Complément alimentaire contenant 451 µg de L-méthylfolate de calcium (équivalent à 400 µg d'acide folique) par comprimé • Nahrungsergänzungsmittel, das 451 µg Calcium-L-Methylfolat (entspricht 400 µg Folsäure) pro Tablette enthält

Per dag: 1 tablet • Par jour : 1 comprimé • Pro Tag: 1 Tablette

Actieve vorm van folaat • Forme active de folate • Aktive Form von Folat

Ook geschikt voor veganisten • Convient aussi aux végétaliens • Auch für Veganer geeignet

Vanaf zwangerschapswens • Dès le désir de grossesse • Ab Schwangerschaftswunsch

Verpakking met 90 tabletten • Emballage de 90 comprimés • Packung mit 90 Tabletten



Folavit 0,4 Essential

Voedingssupplement • Complément alimentaire • Nahrungsergänzungsmittel

Per dag: 1 tablet met 451 µg calcium-L-methylfolaat (equivalent aan 400 µg foliumzuur) en 100 µg jodium (onder de vorm van kaliumjodide). **Actieve vorm van folaat.** 1 capsule met 20 µg vitamine D3 en 200 mg docosahexaeenzuur (DHA) • Par jour: 1 comprimé contenant 451 µg de L-méthylfolate de calcium (équivalent à 400 µg d'acide folique) et 100 µg d'iode (sous la forme d'iodure de potassium). **Forme active de folate.** 1 gélule contenant 20 µg de vitamine D3 et 200 mg d'acide docosahexaénoïque (DHA) • Pro Tag: 1 Tablette mit 451 µg Calcium-L-Methylfolat (entspricht 400 µg Folsäure) und 100 µg Jod (in Form von Kaliumjodid). **Aktive Form von Folat.** 1 Kapsel mit 20 µg Vitamin D3 und 200 mg Docosahexaensäure (DHA)

Ook geschikt voor veganisten • Convient aussi aux végétaliens • Auch für Veganer geeignet

Zwangerschap en borstvoedingsperiode • Grossesse et période d'allaitement • Schwangerschaft und Stillzeit

Verpakking met 30 tabletten + 30 capsules of 90 tabletten + 90 capsules • Emballage de 30 comprimés + 30 gélules ou 90 comprimés + 90 gélules • Packung mit 30 Tabletten + 30 Kapseln oder 90 Tabletten + 90 Kapseln