



Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare.  
Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen  
rund um das Produkt - per E-Mail: [service@mycare.de](mailto:service@mycare.de) oder per Telefon:  
0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: [www.mycare.de](http://www.mycare.de)

[Zum Produkt »](#)

## **Liebe Verwenderinnen von Orthomol Femin,**

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Femin entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme.

## **Was ist Orthomol Femin?**

Orthomol Femin ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Wichtige Mikronährstoffe für Frauen in den Wechseljahren.

Vitamin B<sub>6</sub> trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei. Biotin, Selen und Zink tragen zur Erhaltung normaler Haare bei. Biotin und Zink tragen zur Erhaltung normaler Haut bei. Selen und Zink tragen zur Erhaltung normaler Nägel bei. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut und Knochen bei. Vitamin D und Zink tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Mit Isoflavonen aus Soja, Lignanene aus Leinsamen, Fettsäuren aus Leinöl, Fischöl und Nachtkerzenöl sowie Coenzym Q<sub>10</sub>.

## **Wie soll ich Orthomol Femin einnehmen?**

Die Tagesportion von 2 Kapseln bitte auf morgens und abends aufteilen. Die Kapseln mit viel Flüssigkeit zu den Mahlzeiten einnehmen. Nach Anbruch innerhalb von 6 Monaten aufbrauchen.

## **Was muss ich beachten?**

- Orthomol Femin ist lactose- und glutenfrei.
- Die enthaltene Gelatine stammt vom Rind.
- Dieses Produkt enthält Isoflavone. Frauen mit einer ehemaligen bzw. aktuell diagnostizierten östrogenabhängigen Krebserkrankung der Brustdrüse oder der Gebärmutter sollten vor der Einnahme des Produktes ärztlichen Rat einholen.
- Bei einer Einnahmedauer dieses Produktes von länger als 10 Monaten sollte ärztlicher Rat eingeholt werden.
- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

## **Gibt es weitere nützliche Hinweise?**

- Im Einzelfall kann es zu leichtem Aufstoßen, bedingt durch das in den Kapseln enthaltene Fischöl (Omega-3-Fettsäuren), kommen.

## **Wie lagere ich Orthomol Femin?**

Bewahren Sie Orthomol Femin bevorzugt kühl und trocken auf.

## **Wo erhalte ich weitere Informationen?**

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

## **Herzlichst**

### **Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH**

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol.de  
www.orthomol.de



## Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 2 Kapseln (1,2 g)

|  | pro Tagesportion         | % RM* |
|--|--------------------------|-------|
| <b>Vitamine</b>  |                          |       |
| Vitamin A, davon<br>aus Beta-Carotin                     | 167 µg RE°<br>167 µg RE° | 21    |
| Vitamin D  | 15 µg (600 I.E.°°)       | 300   |
| Vitamin E<br>(enthält u. a. Alpha- und Gamma-Tocopherol) | 27 mg alpha-TE°°°        | 225   |
| Vitamin C  | 120 mg                   | 150   |
| Vitamin B <sub>6</sub>                                   | 3 mg                     | 214   |
| Folsäure   | 300 µg                   | 150   |
| Vitamin B <sub>12</sub>                                  | 7,5 µg                   | 300   |
| Biotin   | 150 µg                   | 300   |
| Pantothensäure   | 6 mg                     | 100   |
| <b>Mineralstoffe</b>                                     |                          |       |
| Zink   | 5 mg                     | 50    |
| Selen  | 30 µg                    | 55    |
| <b>Sonstige Stoffe</b>                                   |                          |       |
| Isoflavone<br>(aus Sojabohnen-Extrakt)                   | 50 mg                    | **    |
| Lignane<br>(aus Leinsamen-Extrakt)                       | 10 mg                    | **    |
| Lycopin  | 600 µg                   | **    |
| Lutein   | 600 µg                   | **    |
| Coenzym Q <sub>10</sub>                                  | 10 mg                    | **    |
| Omega-3-Fettsäuren,<br>davon aus Fischöl                 | 140 mg                   | **    |
| Eicosapentaensäure (EPA)                                 | 20 mg                    | **    |
| Docosahexaensäure (DHA)                                  | 48 mg                    | **    |
| davon aus Leinöl   |                          |       |
| Alpha-Linolensäure                                       | 55 mg                    | **    |
| Omega-6-Fettsäuren,<br>davon aus Nachtkerzenöl           | 75 mg                    | **    |
| Gamma-Linolensäure                                       | 6,8 mg                   | **    |

## Zutaten

Gelatine (aus Rind), pflanzliche Öle (Alpha-Linolensäure-haltiges Leinsamenöl, Gamma-Linolensäure-haltiges Nachtkerzenöl (aus *Oenothera biennis*) und Sonnenblumenöl in veränderlichen Gewichtsanteilen), Feuchthaltemittel Glycerin, L-Ascorbinsäure, **Fischöl**, Isoflavon-haltiger **Sojabohnen-Extrakt** (aus *Glycine max.*), Lignan-haltiger Leinsamen-Extrakt (aus *Linum usitatissimum*), Zink-gluconat, DL-alpha-Tocopherylacetat, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, gemischte Tocopherole, Trennmittel Siliciumdioxid, Emulgator **Soja-Lecithine**, Feuchthaltemittel Sorbit, Coenzym Q<sub>10</sub>, Lycopin (aus *Solanum lycopersicum*), Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Carotin-haltiger Palmfrucht-Extrakt (aus *Elaeis guineensis*), Farbstoff Eisenoxide, Lutein-haltiger *Tagetes erecta*-Extrakt, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Natriumselenat, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

° RE = Retinoläquivalente

°° I.E. = Internationale Einheiten

°°° alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente;

\* RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Referenzmenge vorhanden

**Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.**