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 oder per Telefon: 0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: www.mycare.de

Zum Produkt »

orthomol natal

97408-03

Liebe Verwenderinnen von Orthomol Natal,
wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Natal 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 Natal?
Orthomol Natal ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Wichtige Mikronährstoffe in Schwangerschaft und Stillzeit.

Orthomol Natal enthält eine Kombination aus Folsäure und Quatrefolic®. Quatrefolic® ist eine aktive Form der Folsäure, die dem Körper ohne vorherige Umwandlung zur Verfügung steht und somit eine höhere Bioverfügbarkeit aufweist. Folsäure trägt zum normalen mütterlichen Gewebewachstum in der Schwangerschaft bei. Die ergänzende Aufnahme von Folsäure erhöht bei Schwangeren den Folatspiegel. Ein niedriger Folatspiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus. Die positive Wirkung stellt sich bei einer ergänzenden Aufnahme von 400 µg Folsäure täglich über einen Zeitraum von mindestens einem Monat vor und bis zu drei Monaten nach der Empfängnis ein. (Zielgruppe: Frauen im gebärfähigen Alter.) Die Aufnahme von Docosahexaensäure (DHA) durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Hinweis für Schwangere und stillende Frauen: Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 200 mg DHA, zusätzlich zur empfohlenen Tagesdosis an Omega-3-Fettsäuren von 250 mg DHA und EPA, ein.

Eisen trägt zu einer normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei. Cholin trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei. Calcium, Magnesium, Zink, Eisen, Vitamin D, Vitamin B_{12} und Folsäure haben eine Funktion bei der Zellteilung. Vitamin C, Vitamin B_6, Vitamin B_{12}, Vitamin D, Folsäure, Eisen, Zink, Selen und Kupfer tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Calcium wird für die Erhaltung normaler Knochen benötigt. Vitamin K, Vitamin D, Zink und Magnesium tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei. Vitamin D trägt zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium bei. Jod und Selen tragen zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei. Calcium und Magnesium tragen zur normalen Muskelfunktion bei. Vitamin C, Riboflavin (Vitamin B_2), Vitamin B_6, Vitamin B_{12}, Folsäure, Niacin, Pantothensäure und Magnesium tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Mit Milchsäurebakterienkulturen, Lutein und Zeaxanthin.

Wie nehme ich Orthomol Natal ein?
Täglich den Inhalt eines Beutels in 150 - 200 ml stilles Wasser einrühren und vor oder zu einer Mahlzeit zusammen mit den Kapseln aus dem Beutel und einer Kapsel aus dem Blister einnehmen.

Wie lange soll ich Orthomol Natal einnehmen?
Die Ernährung vor, während und nach der Schwangerschaft spielt eine entscheidende Rolle für die Entwicklung Ihres Kindes. Auch während der Stillzeit ist eine mikronährstoffreiche Ernährung wichtig, da Sie Ihr Baby über die Muttermilch mit lebens- und wachstumswichtigen Nährstoffen versorgen. Mit der Einnahme von Orthomol Natal können Sie dazu beitragen, sich und Ihr Kind während der Schwangerschaft und Stillzeit ergänzend mit Mikronährstoffen zu versorgen. Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Verwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.

Was muss ich beachten?
- Orthomol Natal in der Darreichungsform Granulat/Kapseln ist lactose- und glutenfrei.
- Dieses Produkt enthält Fischgelatine.
- Dieses Produkt enthält Jod. Sollten Sie an Funktionsstörungen der Schilddrüse leiden, holen Sie bitte vor der Einnahme ärztlichen Rat ein.
- Bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden (5,8 g Kohlenhydrate pro Tagesportion).
- Neuralrohrdefekte können auch andere Ursachen haben als eine unzureichende Folsäureversorgung. Die Erhöhung des Folatspiegels kann daher nicht in jedem Fall die Entstehung von Neuralrohrdefekten verhindern.
- Während der Schwangerschaft sind der Eisenbedarf und häufig auch der Magnesiumbedarf besonders hoch. Daher kann unter Umständen eine zusätzliche Zufuhr dieser Stoffe notwendig sein. Ihre Gynäkologin/Ihr Gynäkologe wird Sie gerne beraten.
- 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. Um das Aufstoßen zu vermeiden, können Sie die Kapseln vor dem Schlafengehen einnehmen.
- Das Produkt enthält unter anderem stark färbendes Beta-Carotin. Eventuell auftretende Flecken, z. B. auf Kleidungsstücken, sind schlecht zu entfernen.
- Durch die Einnahme von Orthomol Natal können folgende harmlose Begleiterscheinungen auftreten: eine gelegentliche Gelbfärbung des Urins bzw. leichte Färbung der Muttermilch, bedingt durch den Gehalt an Riboflavin (Vitamin B_2).
- In der Schwangerschaft empfindet jede Frau anders. Deshalb können bei einzelnen Frauen nach der Einnahme der Milchsäurebakterienkulturen-Kapsel leichte gastrointestinale Unverträglichkeiten auftreten.

Wie lagere ich Orthomol Natal?
Bewahren Sie Orthomol Natal bevorzugt kühl und trocken auf.

In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Natal erhältlich?
- Granulat/Kapseln
- Tabletten/Kapseln

Wo erhalte ich weitere Informationen?
Wenn Sie Fragen haben zum Einsatz von Mikronährstoffen in Schwangerschaft und Stillzeit oder mehr über die 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

orthomol

orthomol natal

Zusammensetzung
1 Tagesportion zu 10 g Granulat plus 3 Kapseln (2,1 g)

	pro Tagesportion	% RM**
Vitamine		
Vitamin A, davon	333 µg RE$^{\Delta}$	42
aus Beta-Carotin	333 µg RE$^{\Delta}$	
Vitamin D	15 µg (600 I.E.°)	300
Vitamin E	36 mg alpha-TE°°	300
Vitamin K	60 µg	80
Vitamin C	110 mg	138
Thiamin (Vitamin B_1)	3 mg	273
Riboflavin (Vitamin B_2)	3,5 mg	250
Niacin	12 mg NE*	75
Vitamin B_6	5 mg	357
Folsäure, davon	500 µg	250
als Pteroylmonoglutaminsäure	300 µg	
als (6S)-5-Methyltetrahydrofolsäure-Glucosaminsalz (Quatrefolic®)	200 µg	
Vitamin B_{12}	9 µg	360
Biotin	150 µg	300
Pantothensäure	18 mg	300
Mineralstoffe		
Calcium	200 mg	25
Magnesium	100 mg	27
Eisen	5 mg	36
Zink	5 mg	50
Kupfer	1 mg	100
Selen	30 µg	55
Chrom	60 µg	150
Molybdän	80 µg	160
Jod	150 µg	100
Sonstige Stoffe		
Omega-3-Fettsäuren, davon	360 mg	***
Eicosapentaensäure (EPA)	60 mg	***
Docosahexaensäure (DHA)	300 mg	***
Cholin	100 mg	***
Lutein	2,5 mg	***
Zeaxanthin	500 µg	***
Milchsäurebakterienkulturen	3 x 10^9 KBE°°°	***
Lactobacillus casei, Lactococcus lactis, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium bifidum		

Zutaten
Dextrose, resistentes Maisdextrin, Säuerungsmittel Citronensäure, **Fisch**öl, Calciumcarbonat, Aroma, Gelatine (aus **Fisch**), Maisstärke, Magnesiumsalze der Zitronensäure, Cholinbitartrat, Magnesiumcarbonat, Feuchthaltemittel Glycerin, L-Ascorbinsäure, Überzugmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Trennmittel Siliciumdioxid, DL-alpha-Tocopherylacetat, pflanzliche Öle (Palmkern- und Kokosöl in veränderlichen Gewichtsanteilen), Milchsäurebakterienkulturen (*Lactobacillus casei, Lactococcus lactis, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium bifidum*), Zinkgluconat, Süßungsmittel Steviolglykoside aus Stevia, Calcium-D-pantothenat, Eisenfumarat, Nicotinamid, Lutein aus *Tagetes erecta*-Extrakt, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Pyridoxinhydrochlorid, Emulgator Lecithine, Beta-Carotin, Thiaminhydrochlorid, Farbstoff Eisenoxide, Stabilisator D-Xylose, Riboflavin, Überzugmittel Gellan gum, Kupfersulfat, Zeaxanthin-haltiger Studentenblumen-Extrakt (aus *Tagetes erecta*), (6S)-5-Methyltetrahydrofolsäure-Glucosaminsalz, Pteroylmonoglutaminsäure, Chrom(III)-chlorid, Natriummolybdat, Kaliumiodid, D-Biotin, Natriumselenat, Phyllochinon, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

$^{\Delta}$ RE = Retinoläquivalente
° I.E. = Internationale Einheiten
°° alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente
°°° KBE = Koloniebildende Einheiten
* NE = Niacinäquivalente
** RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011
*** keine Referenzmenge vorhanden

Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.

DRcaps®

Milchsäurebakterienkulturen in Kapseln mit verzögerter Freisetzung im sauren Milieu.
DRCAPS ist eine unter Lizenz verwendete Marke.