

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 mimínko® 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 mimínko® společné?

**Chytré
mimínko.** **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 vitaminu D3 je sluníčko, menší množství vitaminu D najdeme také v potravě. V zimních měsících jsou zejména těhotné ohroženy nedostatkem vitaminu D.

SUPERFOLIN® obsahuje 20 µg vitaminu 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. **Přídavné 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; **přídavné 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

