

# Velnatal®

2  
Schwangerschaft  
+ Stillzeit

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL  
FÜR DIE FRAU

## EIN BABY KOMMT. WIE SCHÖN!

### Der Schwangerschaftstest war positiv?

Wie spannend, was jetzt alles auf dich zukommt. Klar, dass du jetzt nur das Beste für dein Baby und für dich als Mama im Sinn hast. Für die Entwicklung deines Babys ist es besonders wichtig, dass du dich gesund und ausgewogen ernährst. Denn dein Körper braucht jetzt mehr Nährstoffe und Vitamine.

Dein Weg zum Mama-Sein beginnt jetzt – und dabei wollen wir dich unterstützen. Unser Nahrungsergänzungsmittel wurde speziell für werdende Mütter entwickelt und bietet eine sorgfältig ausgewählte Kombination von essenziellen Nährstoffen für dich und dein Baby. So enthält unser Produkt auch innovative SPMs.

## WAS ENTHÄLT VELNATAL® SCHWANGERSCHAFT + STILLZEIT UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?

### + FOLSÄURE / FOLAT

wird auch als Vitamin B9 bezeichnet und ist wichtig für die Zellteilung und das mütterliche Gewebewachstum, besonders in den frühen Entwicklungsphasen einer Schwangerschaft. Velnatal® Schwangerschaft + Stillzeit enthält Metafolin® – die biologisch aktive Form der natürlichen Folsäure, die nicht verstoffwechselt werden muss und so für Baby und Mutter sofort zur Verfügung steht. Ein niedriger Folatspiegel gilt als Risikofaktor für die Entstehung eines Neuralrohrdefektes beim heranwachsenden Fötus. Deshalb wird Frauen mit Kinderwunsch die Einnahme von 400 µg Folsäure täglich mindestens 1 Monat vor und bis zu 3 Monate nach der Empfängnis empfohlen. Die Entstehung eines Neuralrohrdefektes ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt, die Veränderung eines dieser Risikofaktoren kann eine positive Wirkung ergeben oder auch nicht.

### + EISEN

trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems, zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung, sowie zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei. Somit ist Eisen wichtig für den Sauerstofftransport im Körper und trägt außerdem zu einer normalen kognitiven Funktion bei. Eisen spielt auch eine wichtige Rolle bei der Zellteilung.

### + SPMs

steht für „specialized pro-resolving mediators“. Die in Velnatal® Schwangerschaft + Stillzeit enthaltenen SPMs stammen aus Omega-3-Fettsäuren (DHA und EPA).

### + ZINK

ist ein lebenswichtiges Spurenelement. Es ist Bestandteil zahlreicher Enzyme und Proteine und ist essenziell für eine Vielzahl an Reaktionen im Körper. Zink trägt z.B. zu einer normalen kognitiven Funktion und einer normalen Eiweißsynthese bei. Außerdem ist Zink auch an der Zellteilung beteiligt und trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei.

### + JOD

ist unentbehrlich für die normale Produktion von Schilddrüsenhormonen sowie für eine normale Schilddrüsenfunktion. Jod trägt auch zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Funktion des Nervensystems bei. Aufgrund eines erhöhten Bedarfs empfiehlt die DGE eine Zufuhr von 230 µg für Schwangere bzw. 260 µg für Stillende pro Tag. Bei Schilddrüsenerkrankungen ist eine Rücksprache mit deiner Ärztin oder deinem Arzt erforderlich.

### + SELEN

ist ein essenzielles Spurenelement, das an vielen Reaktionen im Körper beteiligt ist. Es ist Bestandteil von antioxidativ wirkenden Enzymen und ist somit wichtig für den Schutz der Zellen vor oxidativem Stress durch freie Radikale. Andere von Selen abhängige Enzyme regulieren das Immunsystem und die Schilddrüsenfunktion oder tragen zur Erhaltung normaler Haare und Nägel bei.

### + DHA

ist eine mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäure. Die Aufnahme von DHA durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus sowie beim gestillten Säugling bei. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesdosis an Omega-3-Fettsäuren (250 mg DHA und EPA) täglich 200 mg DHA eingenommen werden.



Die genaue Menge der genannten Stoffe pro Tagesdosis findest du in der Tabelle auf der Verpackung.

# Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Deutschland

# Velnatal®

## ① Babyplanung

Als 30er & 90er Packung erhältlich



PHASEN

BABYPLANUNG

EINNAHME

1x täglich\*

**Herzlichen Glückwunsch – diese Phase hast du bereits abgeschlossen!** Velnatal® Babyplanung unterstützt Frauen sich gut auf eine Schwangerschaft vorzubereiten. Denn in den ersten Schwangerschaftswochen benötigt der weibliche Körper besonders viele Nährstoffe.

# Velnatal®

## ② Schwangerschaft + Stillzeit

Als 30er & 90er Packung erhältlich



FRÜHSCHWANGERSCHAFT

SCHWANGERSCHAFT

STILLZEIT

1x täglich\*

Die Inhaltsstoffe von Velnatal® Schwangerschaft + Stillzeit wurden sorgfältig ausgewählt, um alle Entwicklungsphasen deines Babys bestmöglich zu unterstützen. Velnatal® Schwangerschaft + Stillzeit enthält u. a. SPMs – im Körper natürlich vorkommende Stoffe. Diese werden zum Beispiel aus Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren gebildet.

### MEILENSTEINE\*\*



ca. 6. SSW  
Das Herz beginnt zu schlagen



ca. 9.-10. SSW  
Die Finger sind schon deutlich zu erkennen



ca. 14. SSW  
Das Geschlecht ist erkennbar



ca. 17.-20. SSW  
Das Innenohr ist gut entwickelt & das Baby kann Geräusche wahrnehmen



ca. 21.-24. SSW  
Erste Haare sowie Augenbrauen und Wimpern bilden sich



ca. 29.-32. SSW  
Die Geburt steht bald bevor und das Baby dreht sich kopfüber in die Geburtslage

aus  
zwei  
mach



Infos & Tipps für dich und deine Schwangerschaft findest du hier:  
[www.aus2mach3.de](http://www.aus2mach3.de)  
[www.aus2mach3.at](http://www.aus2mach3.at)

**Hinweis:** \*Einnahme unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite kleiner Kinder aufbewahren. \*\*Jede Schwangerschaft ist anders. Bei den Größen- und Zeitangaben handelt es sich um grobe Richtwerte. **Lagerung:** Trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C lagern. **Referenz:** 1. Schwanger und Kind. <https://www.schwangerundkind.de/schwangerschaft-wochen.html>. Abgerufen am 17.03.2023.

DE-AT-PIL-VELNATALSS\_06-2023\_V01, STAND DER INFORMATION: JUNI 2023