

Mithra® Folic

Mithra® Folic est un complément alimentaire à base d'acide folique (aussi appelé vitamine M ou B9) utilisé :

- En cas de désir d'enfant,
- Pendant la grossesse,
- Pendant l'allaitement.

L'acide folique a un rôle essentiel dans le processus de division cellulaire et donc dans le développement et la croissance du bébé. Les réserves en acide folique de l'organisme se constituant de manière progressive, il est recommandé à la femme ayant un désir de grossesse de commencer à prendre Mithra® Folic avant même d'être enceinte et ce afin de reconstituer de manière optimale la réserve en acide folique de l'organisme (souvent diminué par la prise de la pilule).

L'apport journalier recommandé en acide folique est de 200 à 400 mcg par jour.

Comment prendre Mithra® Folic ?

Prendre un comprimé par jour, avec de l'eau, au moment des repas.

La prise du Mithra® Folic ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Respecter la dose quotidienne recommandée. Idéalement, il est conseillé de commencer la cure de Mithra® Folic 4 semaines avant la conception, dès l'arrêt de la contraception, et de la poursuivre pendant et après la grossesse jusqu'à la fin de l'allaitement.

Valeur énergétique :

0,3 kcal ou 1,27 kJ/comprimé.

Protides : 0 g – Glucides : 0,09 g – Lipides : 0 g.

Ingrédients par comprimé :

Acide folique 400 mcg (soit 200% de l'AJR*) – Régulateur d'écoulement : Silice colloïdale anhydre – Antiagglomérant : Stéarate de magnésium – Support : Lactose monohydraté, Cellulose microcristalline.

*AJR: Apport Journalier Recommandé.

Présentation :

En boîtes de 4 ou 84 comprimés sous blisters.

Poids net pour 4 comprimés : 0,3 g

Poids net pour 84 comprimés : 6,3 g

Conservation :

Au sec ou à l'abri de l'humidité, à une température entre 15° et 25° C.

La validité est indiquée sur l'emballage.

Tenir hors de la portée et de la vue des enfants.

Firme responsable de la mise sur le marché :

Mithra Pharmaceuticals S.A.

Rue Saint Georges 5,

B-4000 LIEGE

Belgique

Mithra® Folic

Mithra® Folic is een voedingssupplement op basis van foliumzuur (ook vitamine M of B9 genoemd). Het wordt gebruikt:

- bij kinderwens,
- tijdens de zwangerschap,
- tijdens de periode van borstvoeding.

Foliumzuur speelt een essentiële rol bij de celdeling en dus bij de ontwikkeling en de groei van de baby. De foliumzuurvoorraad van het lichaam wordt progressief opgebouwd en daarom krijgen vrouwen met kinderwens de raad om de inname van Mithra® Folic al te starten nog voor ze zwanger zijn, om zo de foliumzuurvoorraad van het lichaam (die vaak gedaald is door inname van de pil) optimaal op te bouwen.

De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid foliumzuur is 200-400 microgram per dag.

Hoe moet Mithra® Folic worden ingenomen?

Neem één tablet per dag met water bij de maaltijd.

Mithra® Folic vervangt niet een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levenswijze.

Leef de aanbevolen dosering na.

Het wordt aanbevolen te starten met Mithra® Folic 4 weken voor de conceptie – direct na het stoppen van de anticonceptie – en inname voort te zetten gedurende en na de zwangerschap, tot aan het einde van de borstvoeding periode.

Calorische waarde

0,3 kcal of 1,27 kJ/tablet

Eiwitten: 0 g - koolhydraten: 0,09 g - vetten: 0 g

Ingrediënten per tablet:

Foliumzuur 400 µg (200% van de ADH*) – Middel dat de doorgang regelt: watervrij colloïdaal siliciumdioxide – Antistollingsmiddel: magnesiumstearaat – Vulmiddel: lactosemonohydraat, microkristallijne cellulose.

* ADH: Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid.

Verpakking:

In dozen met 4 of 84 tabletten in blister.

Netto gewicht van 4 tabletten: 0,3 g.

Netto gewicht van 84 tabletten: 6,3 g.

Bewaring:

Droog of beschermd tegen vocht, bij een temperatuur tussen 15 en 25 °C.

De uiterste houdbaarheidsdatum is op de verpakking vermeld.

Buiten het bereik en zicht van kinderen houden.

Houder van de vergunning voor het in de handel brengen:

Mithra Pharmaceuticals S.A.

Rue Saint Georges 5,

B-4000 Luik

België

mithra
PHARMACEUTICALS

Mithra® Folic

Mithra® Folic ist ein Nahrungsergänzungsmittel auf Basis von Folsäure (auch Vitamin M oder B9 genannt) und wird angewendet:

- bei Kinderwunsch,
- während der Schwangerschaft,
- während der Stillzeit.

Folsäure spielt eine entscheidende Rolle für die Zellteilung und somit für die Entwicklung und das Wachstum des Babys. Da die Folsäurereserven im Organismus progressiv aufgebaut werden, wird Frauen mit einem Kinderwunsch empfohlen, mit der Einnahme von Mithra® Folic schon vor einer Schwangerschaft zu beginnen, damit die Reserve des Organismus an Folsäure (die durch die Einnahme der Pille oft verringert ist) optimal wieder aufgebaut werden kann. Der empfohlene Tagesbedarf an Folsäure beträgt 200 bis 400 µg täglich.

Wie ist Mithra® Folic einzunehmen?

Eine Tablette täglich mit etwas Wasser während einer Mahlzeit einnehmen.

Die Einnahme von Mithra® Folic kann eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil nicht ersetzen.

Empfohlene Tagesdosis einhalten.

Idealerweise wird empfohlen, die Behandlung mit Mithra® Folic 4 Wochen vor der Empfängnis, sobald die Pille abgesetzt wird, zu beginnen und während und nach der Schwangerschaft bis zum Ende der Stillzeit fortzusetzen.

Nährwert:

0,3 kcal oder 1,27 kJ/Tablette.

Eiweiß: 0 g – Kohlenhydrate: 0,09 g – Fette: 0 g.

Bestandteile pro Tablette:

400 µg Folsäure (entspricht 200 % des ETB*) – Fließmittel: hochdisperses Siliciumdioxid - Trennmittel: Magnesiumstearat – Träger: Lactose- Monohydrat, mikrokristalline Cellulose.

* ETB: Empfohlener Tagesbedarf.

Packungsgrößen:

Umkarton mit 4 oder 84 Tabletten in Blisterpackung.

Nettogewicht für 4 Tabletten: 0,3 g.

Nettogewicht für 84 Tabletten: 6,3 g.

Lagerung:

Trocken oder vor Feuchtigkeit geschützt, bei einer Temperatur zwischen 15 und 25 °C.

Die Haltbarkeit ist auf der Verpackung angegeben.

Nicht in Reich – und Sichtweite von Kindern aufbewahren.

Pharmazeutischer Unternehmer:

Mithra Pharmaceuticals S.A.

Rue Saint Georges 5,

B-4000 LÜTTICH

Belgien

Mithra® Folic

Mithra® Folic is a dietary supplement containing folic acid (also known as vitamin M or B9). It is used:

- in women wishing to conceive,
- during pregnancy,
- during breast-feeding.

Folic acid plays a crucial role in the process of cell division and therefore in the development and growth of the baby. Since the body's folic acid reserves are built up progressively, women wishing to become pregnant are recommended, even before they do so, to start taking Mithra® Folic, in order to replenish the reserves of folic acid in the body as effectively as possible (as these have often been reduced by taking the pill).

The recommended daily intake of folic acid is from 200 to 400 mcg.

How to take Mithra® Folic

Take one tablet a day with some water at mealtimes.

Taking Mithra® Folic is not a substitute for a varied, well-balanced diet and a healthy lifestyle.

Always follow the recommended daily dose.

Ideally, it is recommended to start with Mithra® Folic four weeks before conception – as soon as contraception is discontinued – and to continue it during and after pregnancy up until the end of breast-feeding.

Calorific value:

0.3 kcal or 1.27 kJ per tablet.

Proteins: 0 g – Carbohydrates: 0.09 g - Lipids: 0 g.

Ingredients per tablet:

400 µg of folic acid (i.e. 200% RDI*) – Flow regulator: Colloidal anhydrous silica – Anti-caking agent: Magnesium stearate – Other excipients: Lactose monohydrate, microcrystalline cellulose.

* RDI: Recommended Daily Intake.

Presentation:

In boxes of 4 or 84 tablets packed in blisters.

Net weight per 4 tablets: 0.3 g

Net weight per 84 tablets: 6.3 g

Storage:

Store at 15° to 25°C. Keep dry and protected from moisture.

The expiry date is stated on the packaging.

Keep out of the reach and sight of children.

Marketing authorisation holder:

Mithra Pharmaceuticals S.A.

Rue Saint Georges 5,

B-4000 LIEGE

Belgium