

Tijdens de borstvoeding

PURE POST PREGNALIA bevat een complete formule aangepast aan de noden en behoeftes van vrouwen die borstvoeding geven. Dit steeds in combinatie met een gevarieerd en gezond eetpatroon. Een optimale micronutriëntenstatus is immers van essentieel belang voor vrouwen die borstvoeding geven: niet alleen voor zichzelf, maar ook voor de normale ontwikkeling van de baby.

Voedingssupplement

PURE POST PREGNALIA SPECIEFIEK:

PURE POST PREGNALIA combineert 11 vitamines (B1, B2, B3, B5, B6, biotine, foliumzuur, B12, C, D, E), 6 mineralen (ijzer, jood, selenium, zink, calcium en magnesium), bètacaroteen (provitamine A), choline en omega 3-visolie (EPA en DHA). Speciale aandacht werd besteed aan de kwaliteit en de opneembaarheid van de ingrediënten door het lichaam. Alle vitamines zijn onder de actieve vormen aanwezig zoals natriumriboflavine-5'-fosfaat (vitamine B2), pyridoxal-5'-fosfaat (vitamine B6), 5-MTHF glucosamine (Quatrefolic® foliumzuur), methylcobalamine en 5'-deoxyadenosylcobalamine (vitamine B12), en vitamine D3 (cholecalciferol). Vitamine E wordt in de natuurlijke D-vorm aangeboden (D-alfa-tocoferylsuccinaat). Mineralen zijn als zeer goed opneembare vormen aanwezig zoals zinkbisglycinaat, elementair ijzer (Ferronyl® iron complex) en calciumcitraat. De Omega 3 vetzuren EPA en DHA hebben de best opneembare herversterde triglyceridenform. EPA en DHA zijn semi-essentiële vetzuren afkomstig van EPAX® visolie. De gebruikte EPAX® olie in PURE POST PREGNALIA is een zuivere olie van de hoogste kwaliteit met een gecontroleerde oorsprong en een optimale traceerbaarheid. De visolie heeft het label 'Friend of the Sea', een ecologisch keurmerk voor duurzaam gevangen vis. Omega 3-vetzuren zijn van nature instabiel. Aan de formule zijn daarom natuurlijke antioxidanten toegevoegd (rozemarijnextract en tocoferolrij extract) om te voorkomen dat de vetten oxideren. De hygiënische blisterverpakking garandeert eveneens een optimale stabiliteit.

SAMENSTELLING PER DAGINNAME:

| pure POST PREGNALIA bevat per tablet |                       |      | %RI* |
|--------------------------------------|-----------------------|------|------|
| Bètacaroteen                         | 7,2 mg (1200 µg RE)** | 150% |      |
| Vitamine B1                          | 1,6 mg                | 145% |      |
| Vitamine B2 (actieve vorm)           | 1,8 mg                | 129% |      |
| Vitamine B3                          | 16 mg                 | 100% |      |
| Vitamine B5                          | 7 mg                  | 117% |      |
| Vitamine B6 (actieve vorm)           | 3 mg                  | 214% |      |
| D-biotine                            | 60 µg                 | 120% |      |
| Foliumzuur (actieve vorm)            | 300 µg                | 150% |      |
| Vitamine B12 (actieve vormen)        | 5 µg                  | 200% |      |
| Vitamine C                           | 75 mg                 | 94%  |      |
| Vitamine E                           | 11 mg                 | 92%  |      |
| Calcium                              | 150 mg                | 19%  |      |

| pure POST PREGNALIA bevat per tablet |        |     | %RI* |
|--------------------------------------|--------|-----|------|
| Magnesium                            | 80 mg  | 21% |      |
| IJzer                                | 10 mg  | 71% |      |
| Selenium                             | 30 µg  | 54% |      |
| Zink                                 | 7 mg   | 70% |      |
| Jodium                               | 150 µg | 100 |      |
| Choline                              | 100 mg |     |      |

| pure POST PREGNALIA bevat per softgel |        |      | %RI* |
|---------------------------------------|--------|------|------|
| Vitamine D3                           | 20 µg  | 400% |      |
| DHA (docosahexaeenzuur)               | 350 mg |      |      |
| EPA (eicosapentaeenzuur)              | 150 mg |      |      |

\*Referentie inname

\*\*RE: retinolequivalenten (provitamine A)

PURE POST PREGNALIA IS AANBEVOLEN BIJ:

Deze speciaal geïndiceerde formule werd ontwikkeld voor de lacterende vrouw na zwangerschap.

EIGENSCHAPPEN:

- Foliumzuur draagt bij tot de normale bloedproductie, net zoals vitamine B6 en vitamine B12.
- IJzer draagt bij tot de normale vorming van rode bloedcellen en de vermindering van vermoeidheid.
- Jodium draagt bij tot een normale schildklierfunctie en de normale productie van schildklierhormonen.
- Magnesium draagt bij tot een normale psychologische functie en het behoud van een goede werking van de spieren en het zenuwstelsel.
- Calcium en vitamine D ondersteunen het behoud van normale botten.
- Bètacaroteen (provitamine A) draagt bij tot het behoud van een gezonde huid en een goed gezichtsvermogen.
- B vitamines (B2, B3, B5, B6, B12) en vitamine C dragen bij tot een normaal energieleverend metabolisme en de vermindering van vermoeidheid.
- Vitamine E draagt bij tot bescherming van cellen tegen oxidatieve stress.
- Vitamine C, vitamine D, selenium en zink dragen bij tot de normale werking van het immuunsysteem, en ondersteunen zo het behoud van een goede weerstand.
- DHA is een omega 3-vetzuur en draagt bij tot de normale ontwikkeling van de ogen en de hersenen van de zuigeling die borstvoeding krijgt.\*

*\*Aan vrouwen die borstvoeding geven, wordt aanbevolen om dagelijks een extra hoeveelheid van 200 mg DHA in te nemen, naast de aanbevolen dagelijkse inname voor volwassenen van 250 mg DHA + EPA.*

AANBEVOLEN DAGELIJKSE DOSIS:

De aanbevolen dagdosering is 1 softgel voor en 1 tablet na de maaltijd.

VERPAKKINGSGROOTTE:

30 filmomhulde tabletten en 30 softgels

Er bestaat eveneens een:

PURE PRE PREGNALIA (speciaal aangepaste formule voor de vrouw met een zwangerschapswens) en

PURE PREGNALIA (speciaal aangepaste formule voor de zwangere vrouw)

Vraag raad aan je arts of apotheker.

VOORZORGSMAATREGELEN:

Buiten het bereik en zicht van kinderen bewaren. De opgegeven aanbevolen dagelijkse hoeveelheid mag niet overschreden worden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt. Tegen vochtigheid en warmte beschermen. Bewaren bij kamertemperatuur in zijn originele verpakking. Niet meer gebruiken na de datum vermeld op de verpakking na 'ten minste houdbaar tot'.

INGREDIËNTEN:

**Per tablet:** calciumcitraat; vulstof: microkristallijne cellulose; cholinebitartraat; magnesiumoxide; bètacaroteen; vitamine C (L-ascorbinezuur); antiklontermiddelen: siliciumdioxide, magnesiumzouten van vetzuren; zinkbisglycinaat; glansmiddel: hydroxypropylmethylcellulose, vitamine B3 (nicotinamide), natuurlijke vitamine E (D-alfa-tocoferylsuccinaat); elementair ijzer (Ferronyl® iron complex); vitamine B5 (D-calciumpantothenaat), natriumseleniet, vitamine B6 (pyridoxal-5'-fosfaat); kaliumjodide; bevochtigmiddel: polyethyleenglycol; D-biotine; vitamine B2 (natriumbolavine-5'-fosfaat), vitamine B1 (thiaminehydrochloride), (6S)-5-methyltetrahydrofoliumzuur, glucosaminezout (foliumzuur); vanille aroma, vitamine B12 (methylcobalamine en 5'-deoxyadenosylcobalamine)

**Per softgel:** gezuiverde visolie, visgelatine, antiklontermiddel: glycerol; antioxidanten: rozemarijnextract, tocoferolrij extract; vitamine D3 (cholecalciferol).

EPAX® is een geregistreerd merk (visolie) en garandeert hoogwaardige, veilige en goed opneembare vetzuren in de vorm van **herversterde triglyceriden**. Op deze manier verkrijgt men hoge geconcentreerde omega 3 visolie per softgel. Epax® garandeert tevens **ultrazuivere visolie**. Epax®-visolie maakt immers gebruik van kleine vissen en hanteert daarenboven een hoogtech gepatenteerd zuiveringsproces dat de in de ruwe olie aanwezige verontreiniging elimineert, evenals een stabilisatieproces dat de oxidatie van deze laatste beperkt. Epax® visolie garandeert een TotOx-index van **minder dan 10**.

**X.O® gepatenteerd proces voor het stabiliseren en zuiveren van oliën (visolie)**

X.O® is een geregistreerd proces dat de stabiliteit van oliën die rijk zijn aan meervoudig onverzadigde vetzuren optimaliseert en tegelijkertijd de effecten van oxidatie vertraagt. Dit **ondermeer door toevoeging van rozemarijnextract en vitamine E als anti-oxidantia**.

Nettogewicht: 84,45 g (30 tabletten + 30 softgels)

Lotnummer: zie verpakking

PURE POST PREGNALIA is een product van de hoogste kwaliteit, geproduceerd in de EU onder GMP en HACCP normen.

VERDELER:

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (België)

Notificatienummer: NUT/AS 1707/42 (tablet) en NUT/AS 1707/49 (softgel)

Pendant l'allaitement

Pure POST PREGNALIA contient une formule complète adaptée aux besoins et aux exigences des femmes qui allaitent. Toujours en combinaison avec une alimentation variée et saine. Après tout, un statut optimal en matière de micronutriments est essentiel pour les femmes qui allaitantes: non seulement pour elles-mêmes, mais aussi pour le développement normal du bébé.

Complément alimentaire

Pure POST PREGNALIA EN PARTICULIER :

Pure POST PREGNALIA combine 11 vitamines (B1, B2, B3, B5, B6, biotine, acide folique, B12, C, D, E), 6 minéraux (fer, iode, sélénium, zinc, calcium et magnésium), du bêta-carotène (provitamine A), de la choline et de l'huile de poisson oméga 3 (EPA et DHA). Une attention particulière a été accordée à la qualité et à la capacité d'absorption des ingrédients par l'organisme. Toutes les vitamines sont présentes sous les formes actives telles que la riboflavine-5'-phosphate de sodium (vitamine B2), le pyridoxal-5'-phosphate (vitamine B6), le glucosamine 5-MTHF (acide folique Quatrefollic®), les méthylcobalamine et 5'-désoxyadénosylcobalamine (vitamine B12), et la vitamine D3 (cholécalférol). La vitamine E est fournie sous sa forme naturelle D (succinate de D-alpha-tocophéryl). Les minéraux sont présents sous des formes hautement absorbables telles que le bisglycinate de zinc, le fer élémentaire (Ferronyl® iron complex), le gluconate de cuivre et le citrate de calcium. Les acides gras oméga 3 EPA et DHA ont la forme triglycéride ré-estérifiée la mieux absorbée. L'EPA et le DHA sont des acides gras semi-essentiels dérivés de l'huile de poisson EPAX®. L'huile EPAX® utilisée dans Pure POST PREGNALIA est une huile pure de la plus haute qualité dont l'origine est vérifiée et la traçabilité optimale. L'huile de poisson porte le label "Friend of the Sea", un label écologique pour le poisson pêché de manière durable. Les acides gras oméga 3 sont naturellement instables. Des antioxydants naturels ont donc été ajoutés à la formule (extrait de romarin et extrait riche en tocphérols) pour empêcher les graisses de s'oxyder. Le conditionnement hygiénique sous blister garantit également une stabilité optimale.

COMPOSITION PAR DOSE JOURNALIÈRE :

| pure POST PREGNALIA contient par comprimé |                       |      | %AR* |
|-------------------------------------------|-----------------------|------|------|
| Bêta-carotène                             | 7,2 mg (1200 µg RE)** | 150% |      |
| Vitamine B1                               | 1,6 mg                | 145% |      |
| Vitamine B2 (forme active)                | 1,8 mg                | 129% |      |
| Vitamine B3                               | 16 mg                 | 100% |      |
| Vitamine B5                               | 7 mg                  | 117% |      |
| Vitamine B6 (forme active)                | 3 mg                  | 214% |      |
| D-biotine                                 | 60 µg                 | 120% |      |
| Acide folique (forme active)              | 300 µg                | 150% |      |
| Vitamine B12 (formes actives )            | 5 µg                  | 200% |      |
| Vitamine C                                | 75 mg                 | 94%  |      |
| Vitamine E                                | 11 mg                 | 92%  |      |
| Calcium                                   | 150 mg                | 19%  |      |

| pure POST PREGNALIA contient par comprimé |        |     | %AR* |
|-------------------------------------------|--------|-----|------|
| Magnésium                                 | 80 mg  | 21% |      |
| Fer                                       | 10 mg  | 71% |      |
| Sélénium                                  | 30 µg  | 54% |      |
| Zinc                                      | 7 mg   | 70% |      |
| Iode                                      | 150 µg | 100 |      |
| Choline                                   | 100 mg |     |      |

| pure POST PREGNALIA contient par softgel |        |      | %AR* |
|------------------------------------------|--------|------|------|
| Vitamine D3                              | 20 µg  | 400% |      |
| DHA (acide docosahexaénoïque)            | 350 mg |      |      |
| EPA (acide eicosapentaénoïque)           | 150 mg |      |      |

\*AR: Apport de référence  
\*\*RE: équivalents de rétinol (provitamine A)

Pure POST PREGNALIA EST RECOMMANDÉ POUR :

Cette formule spécialement dosée a été conçue pour toutes les femmes qui allaitent après grossesse.

PROPRIÉTÉS :

- L'acide folique contribue à la production normale de sang, tout comme la vitamine B6 et la vitamine B12.
- Le fer contribue à la formation normale des globules rouges et à réduire de la fatigue.
- L'iodine contribue à une fonction thyroïdienne normale et à la production normale d'hormones thyroïdiennes.
- Le magnésium contribue à une fonction psychologique normale et au maintien du bon fonctionnement des muscles et du système nerveux.
- Le calcium et la vitamine D contribuent au maintien d'une ossature normale.
- Le bêta-carotène (provitamine A) aide à maintenir une peau saine et une bonne vision.
- Les vitamines B (B2, B3, B5, B6, B12) et la vitamine C contribuent à un métabolisme énergétique normal et à réduire de la fatigue.
- La vitamine E aide à protéger les cellules contre le stress oxydatif.
- La vitamine C, la vitamine D, le sélénium et le zinc contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire, favorisant ainsi le maintien d'une bonne résistance.
- Le DHA est un acide gras oméga 3 et contribue au développement normal des yeux et du cerveau de l'enfant allaité.\*

\*Il est recommandé aux femmes qui allaitent de prendre 200 mg supplémentaires de DHA par jour, en plus de l'apport quotidien recommandé pour les adultes de 250 mg de DHA + EPA.

APPORT JOURNALIER RECOMMANDÉ :

La dose quotidienne recommandée est de 1 softgel avant et 1 comprimé après de repas.

EMBALLAGES :

30 comprimés pelliculés et 30 softgels

Il existe également :

- un Pure PRE PREGNALIA (formule spécialement adaptée aux femmes ayant un désir de grossesse) et
- un Pure PREGNALIA (formule spécialement adaptée aux femmes enceintes)

Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

PRÉCAUTIONS :

Garder hors de la portée et la vue d'enfants. La quantité quotidienne recommandée ne peut être dépassée. Un complément alimentaire ne peut se substituer à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Protéger de l'humidité et de la chaleur. À conserver à température ambiante, dans son emballage d'origine. Ne pas utiliser au-delà de la date mentionnée sur l'emballage après «A consommer de préférence avant fin».

INGRÉDIENTS :

**Par comprimé :** citrate de calcium; agent de charge: cellulose microcristalline; bitartrate de choline; oxyde de magnésium; bêta-carotène; vitamine C (acide L-ascorbique); antiagglomérants: dioxyde de silicium, sels de magnésium d'acides gras; bisglycinate de zinc; agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose; vitamine B3 (nicotinamide); vitamine E naturelle (succinate d'acide D-alpha-tocophéryle); fer élémentaire (Ferronyl Iron complex); vitamine B5 (D-pantothénate de calcium); sélénite de sodium; vitamine B6 (pyridoxal 5'-phosphate); iodure de potassium; humectant: polyéthylène glycol; D-biotine; vitamine B2 (riboflavine 5'-phosphate sodium); vitamine B1 (chlorhydrate de thiamine); acide (6S)-5-méthyltétrahydrofolique sous forme de sel de glucosamine (acide folique); arôme de vanille; vitamine B12 (méthylcobalamine et 5'-désoxyadénosylcobalamine).

**Par softgel :** huile de poisson purifiée, gélatine de poisson, antiagglomérant: glycérol; antioxydants: extrait de romarin, extrait riche en tocphérols; vitamine D3 (cholécalférol).

**Epax®** est une marque déposée de l'huile de poisson et garantit des acides gras de haute qualité, sûrs et facilement absorbables sous forme de **triglycérides réestérifiés**. De cette façon, on obtient une huile de poisson oméga 3 hautement concentrée par gélule. Epax® garantit également une **huile de poisson ultra-pure**. L'huile de poisson Epax® utilise de petits poissons un procédé de purification breveté de haute technologie qui élimine la contamination présente dans les huiles brutes, ainsi qu'un processus de stabilisation qui limite l'oxydation de ces derniers. L'huile de poisson Epax® garantit un indice TotOx **inférieur à 10**.

**Procédé breveté X.O®** pour stabiliser et purifier les huiles (huile de poisson). X.O® est un procédé enregistré qui optimise la stabilité des huiles riches en acides gras polyinsaturés tout en ralentissant les effets de l'oxydation. **Cela se fait, entre autres, en ajoutant de l'extrait de romarin et de la vitamine E comme antioxydants.**

Poids net: 84,45 g (30 comprimés + 30 softgels)  
Lot: voir l'emballage

Pure POST PREGNALIA est un produit de la plus haute qualité, produit dans l'UE sous les normes GMP et HACCP.

DISTRIBUTEUR :

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (Belgique)

Numéros de notification: NUT/AS 1707/42 (comprimé) et NUT/AS 1707/49 (softgel)

Während des Stillens

pure POST PREGNALIA enthält eine komplette Formel, die auf die Bedürfnisse und Anforderungen von stillenden Frauen abgestimmt ist. Immer in Kombination mit einer abwechslungsreichen und gesunden Ernährung. Schließlich ist ein optimaler Mikronährstoffstatus für stillende Frauen von entscheidender Bedeutung: nicht nur für sie selbst, sondern auch für die normale Entwicklung des Babys.

Nahrungsergänzungsmittel

Spezifisch für pure POST PREGNALIA:

pure POST PREGNALIA kombiniert 11 Vitamine (B1, B2, B3, B5, B6, Biotin, Folsäure, B12, C, D, E), 6 Mineralstoffe (Eisen, Jod, Selen, Zink, Kalzium und Magnesium), Beta-Carotin (Provitamin A), Cholin und Omega-3-Fischöl (EPA und DHA). Besonderes Augenmerk wurde auf die Qualität und die Aufnahmefähigkeit der Inhaltsstoffe durch den Körper gelegt. Alle Vitamine sind in den aktiven Formen wie Natriumfolat, 5'-phosphat (Vitamin B2), Pyridoxal-5'-phosphat (Vitamin B6), Glucosamin 5'-MTHF (Folsäure Quatrefolic®), Methylcobalamin und 5'-Desoxyadenosylcobalamin (Vitamin B12) und Vitamin D3 (Cholecalciferol) vorhanden. Vitamin E wird in seiner natürlichen D-Form (D-alpha-Tocopherylsuccinat) zugeführt. Mineralstoffe liegen in sehr gut absorbierbaren Formen vor, wie Zinkbisglycinat, elementares Eisen (Ferronyl® iron complex), Kupfergluconat und Calciumcitrat. Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA haben die am besten resorbierbare wiederveresterte Triglyceridform. EPA und DHA sind semi-essentielle Fettsäuren, die aus EPA®-Fischöl gewonnen werden. Das in pure POST PREGNALIA verwendete EPA®-Öl ist ein reines Öl von höchster Qualität, dessen Herkunft überprüft und optimal zurückverfolgt werden kann. Das Fischöl trägt das "Friend of the Sea"-Label, ein Umweltsiegel für nachhaltig gefangenen Fisch. Omega-3-Fettsäuren sind von Natur aus instabil. Daher wurden der Formel natürliche Antioxidantien (Rosmarinextrakt und tocopherolreicher Extrakt) hinzugefügt, um die Fette vor Oxidation zu schützen. Die hygienische Verpackung in Blistern garantiert ebenfalls eine optimale Stabilität.

Zusammensetzung pro Tagesdosis:

| pure POST PREGNALIA enthält pro Tablette |                       |      | %RM* |
|------------------------------------------|-----------------------|------|------|
| Beta-Carotin                             | 7,2 mg (1200 µg RÄ)** | 150% |      |
| Vitamin B1                               | 1,6 mg                | 145% |      |
| Vitamin B2 (aktive Form)                 | 1,8 mg                | 129% |      |
| Vitamin B3                               | 16 mg                 | 100% |      |
| Vitamin B5                               | 7 mg                  | 117% |      |
| Vitamin B6 (aktive Form)                 | 3 mg                  | 214% |      |
| D-Biotin                                 | 60 µg                 | 120% |      |
| Folsäure (aktive Form)                   | 300 µg                | 150% |      |
| Vitamin B12 (aktive Formen)              | 5 µg                  | 200% |      |
| Vitamin C                                | 75 mg                 | 94%  |      |
| Vitamin E                                | 11 mg                 | 92%  |      |
| Kalzium                                  | 150 mg                | 19%  |      |

| pure POST PREGNALIA enthält pro Tablette |        |     | %RM* |
|------------------------------------------|--------|-----|------|
| Magnesium                                | 80 mg  | 21% |      |
| Eisen                                    | 10 mg  | 71% |      |
| Selen                                    | 30 µg  | 54% |      |
| Zink                                     | 7 mg   | 70% |      |
| Jod                                      | 150 µg | 100 |      |
| Cholin                                   | 100 mg |     |      |

| pure POST PREGNALIA enthält pro Softgel-Kapsel |        |      | %RM* |
|------------------------------------------------|--------|------|------|
| Vitamin D3                                     | 20 µg  | 400% |      |
| DHA (Docosahexaensäure)                        | 350 mg |      |      |
| EPA (Eicosapentaensäure)                       | 150 mg |      |      |

\*RM: Referenzmenge  
\*\*RÄ: Retinoläquivalente (Provitamin A)

pure POST PREGNALIA wird empfohlen für:

Diese speziell dosierte Formel wurde für alle Frauen entwickelt, die nach der Schwangerschaft stillen.

Eigenschaften:

- Folsäure trägt zu einer normalen Blutbildung bei, ebenso wie Vitamin B6 und Vitamin B12.
- Eisen trägt zur normalen Bildung roter Blutkörperchen und zur Verringerung von Müdigkeit bei.
- Jod trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion und zur normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen bei.
- Magnesium trägt zu einer normalen psychischen Funktion und zur Aufrechterhaltung der richtigen Funktion der Muskeln und des Nervensystems bei.
- Kalzium und Vitamin D tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.
- Beta-Carotin (Provitamin A) trägt zur Erhaltung einer gesunden Haut und einer guten Sehkraft bei.
- B-Vitamine (B2, B3, B5, B6, B12) und Vitamin C tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit bei.
- Vitamin E hilft, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.
- Vitamin C, Vitamin D, Selen und Zink tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und fördern so die Aufrechterhaltung einer guten Abwehrkraft.
- DHA ist eine Omega-3-Fettsäure und trägt zur normalen Entwicklung der Augen und des Gehirns bei gestillten Kindern bei.\*

\*Stillenden Frauen wird empfohlen, zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesdosis von 250 mg DHA + EPA weitere 200 mg DHA pro Tag einzunehmen.

Empfohlene tägliche Dosis:

Die empfohlene Tagesdosis beträgt 1 Softgel vor und 1 Tablette nach einer Mahlzeit.

Packungsgrößen:

30 Filmbtabletten und 30 Softgel-Kapseln

Es gibt auch :

pure PRE PREGNALIA (eine Formel, die speziell auf Frauen mit Schwangerschaftswunsch zugeschnitten ist) und  
pure PREGNALIA (Formel, die speziell für schwangere Frauen geeignet ist)  
Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Apotheker beraten.

Vorsichtsmassnahmen:

Außerhalb der Reichweite und Sichtweite von Kindern aufbewahren. Die empfohlene tägliche Menge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil. Vor Feuchtigkeit und Hitze schützen. In der Originalverpackung bei Zimmertemperatur aufbewahren. Nicht nach dem auf der Verpackung angegebenen Mindesthaltbarkeitsdatum verwenden.

Zutaten:

**Pro Tablette:** Calciumcitrat; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Cholinbitartrat; Magnesiumoxid; Beta-Carotin; Vitamin C (L-Ascorbinsäure); Trennmittel: Siliciumdioxid, Magnesiumsalze von Speisefettsäuren; Zinkbisglycinat; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Vitamin B3 (Nicotinamid); natürliches Vitamin E (D-alpha-Tocopherylsuccinat); elementares Eisen (Feronyl® iron complex); Vitamin B5 (Calcium-D-pantothenat); Natriumselenit; Vitamin B6 (Pyridoxal-5'-phosphat); Kaliumiodid; Feuchthaltemittel: Polyethylenglycol; D-Biotin; Vitamin B2 (Riboflavin-5'-Natriumphosphat); Vitamin B1 (Thiaminhydrochlorid); (6S)-5-Methyltetrahydrofolsäure als Glucosaminsalz (Folsäure); Vanillearoma; Vitamin B12 (Methylcobalamin und 5'-Desoxyadenosylcobalamin).

**Pro Softgel-Kapsel:** Gereinigtes Fischöl, Fischgelatine, Trennmittel: Glycerin; Antioxidantien: Rosmarinextrakt, tocopherolreicher Extrakt; Vitamin D3 (Cholecalciferol).

**EPA®** ist ein eingetragenes Warenzeichen für Fischöl und garantiert hochwertige, sichere und leicht absorbierbare Fettsäuren in Form von **wiederveresterten Triglyceriden**. Auf diese Weise erhält man ein hochkonzentriertes Omega-3-Fischöl pro Kapsel. EPA® garantiert außerdem ein **hochreines Fischöl**. EPA® Fischöl verwendet kleine Fische und ein patentiertes High-Tech-Reinigungsverfahren, das Verunreinigungen aus dem Rohöl entfernt, sowie ein Stabilisierungsverfahren, das die Oxidation des Öls einschränkt. EPA®-Fischöl garantiert einen ToxOx-Wert von unter 10.

**Patentiertes X.O®-Verfahren zur Stabilisierung und Reinigung von Ölen (Fischöl und Chiasamenöl).** X.O® ist ein registriertes Verfahren, das die Stabilität von Ölen, die reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren sind, optimiert und gleichzeitig die Auswirkungen der Oxidation verlangsamt. **Dies geschieht unter anderem durch die Zugabe von Rosmarinextrakt und Vitamin E als Antioxidantien.**

Nettogewicht: 84,45 g (30 Tabletten + 30 Softgel-Kapseln)  
Chargennr.: siehe Verpackung.

pure POST PREGNALIA ist ein Produkt von höchster Qualität, das in der EU gemäß GMP- und HACCP-Standards hergestellt wird.

Anbieter:

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde, (Belgien)

Not.-N°: NUT/AS 1707/42 (Tabletten) et NUT/AS 1707/49 (Softgel-Kapseln)

During breastfeeding

pure POST PREGNALIA contains a complete formula adapted to the needs and requirements of breastfeeding women. Always in combination with a varied and healthy diet. After all, an optimal micronutrient status is essential for breastfeeding women: not only for themselves, but also for the baby's normal development.

Food supplement

pure POST PREGNALIA SPECIFICALLY:

pure POST PREGNALIA Combines 11 vitamins (B1, B2, B3, B5, B6, biotin, folic acid, B12, C, D, E), 6 minerals (iron, iodine, selenium, zinc, calcium and magnesium), beta-carotene (provitamin A), choline and omega 3 fish oil (EPA and DHA). Special attention was paid to the quality and absorbability of the ingredients by the body. All vitamins are present under the active forms such as sodium riboflavin-5'-phosphate (vitamin B2), pyridoxal-5'-phosphate (vitamin B6), 5-MTHF glucosamine (Quatrefolic® folic acid), methylcobalamin and 5'-deoxyadenosylcobalamin (vitamin B12), and vitamin D3 (cholecalciferol). Vitamin E is provided in its natural D form (D-alpha-tocopheryl succinate). Minerals are present as highly absorbable forms such as zinc bisglycinate, elemental iron (Feronyl® iron complex) and calcium citrate. The Omega 3 fatty acids EPA and DHA have the best absorbable re-esterified triglyceride form. EPA and DHA are semi-essential fatty acids derived from EPAX® fish oil. The EPAX® oil used in pure POST PREGNALIA® is a pure oil of the highest quality with controlled origin and optimal traceability. The fish oil is labelled 'Friend of the Sea', an ecological label for sustainably caught fish. Omega 3 fatty acids are naturally unstable. Natural antioxidants have therefore been added to the formula (rosemary extract and tocopherol-rich extract) to prevent the fats from oxidizing. The hygienic blister packaging also guarantees optimum stability.

CONTAINS PER TABLET:

| pure POST PREGNALIA contains per tablet |                       |      | %RI* |
|-----------------------------------------|-----------------------|------|------|
| Beta-carotene                           | 7,2 mg (1200 µg RE)** | 150% |      |
| Vitamin B1                              | 1,6 mg                | 145% |      |
| Vitamin B2 (active form)                | 1,8 mg                | 129% |      |
| Vitamin B3                              | 16 mg                 | 100% |      |
| Vitamin B5                              | 7 mg                  | 117% |      |
| Vitamin B6 (active form)                | 3 mg                  | 214% |      |
| D-biotin                                | 60 µg                 | 120% |      |
| Folic acid (active form)                | 300 µg                | 150% |      |
| Vitamin B12 (active forms)              | 5 µg                  | 200% |      |
| Vitamin C                               | 75 mg                 | 94%  |      |
| Vitamin E                               | 11 mg                 | 92%  |      |
| Calcium                                 | 150 mg                | 19%  |      |

| pure POST PREGNALIA contains per tablet |        |     | %RI* |
|-----------------------------------------|--------|-----|------|
| Magnesium                               | 80 mg  | 21% |      |
| Iron                                    | 10 mg  | 71% |      |
| Selenium                                | 30 µg  | 54% |      |
| Zinc                                    | 7 mg   | 70% |      |
| Iodine                                  | 150 µg | 100 |      |
| Choline                                 | 100 mg |     |      |

| pure POST PREGNALIA contains per softgel |        |      | %RI* |
|------------------------------------------|--------|------|------|
| Vitamin D3                               | 20 µg  | 400% |      |
| DHA (docosahexaenoic acid)               | 350 mg |      |      |
| EPA (eicosapentaenoic acid)              | 150 mg |      |      |

\*Reference intake

\*\*RE: retinol equivalents (provitamin A)

pure POST PREGNALIA IS RECOMMENDED FOR:

This specially dosed formula has been developed for all women who breastfeed after pregnancy.

PROPERTIES:

- Folic acid contributes to normal blood production, as do vitamins B6 and B12.
- Iron contributes to the normal formation of red blood cells and the reduction of fatigue.
- Iodine contributes to normal thyroid function and normal thyroid hormone production.
- Magnesium contributes to normal psychological function and the maintenance of proper muscle and nervous system function.
- Calcium and vitamin D support the maintenance of normal bones.
- Beta-carotene (provitamin A) helps maintain healthy skin and good vision.
- B vitamins (B2, B3, B5, B6, B12) and vitamin C contribute to normal energy-generating metabolism and the reduction of fatigue.
- Vitamin E helps protect cells against oxidative stress.
- Vitamin C, vitamin D, selenium and zinc contribute to the normal function of the immune system, thus supporting the maintenance of good immunity.
- DHA is an omega 3 fatty acid and contributes to normal eye and brain development in breastfed infants\*.

\*To breastfeeding women, it is recommended to take an additional 200 mg of DHA daily in addition to the recommended adult daily intake of 250 mg DHA + EPA.

RECOMMENDED DAILY DOSE:

The recommended daily dose is 1softgel before and 1 tablet after meals.

PACKAGING:

30 film-coated tablets and 30 softgels

There is also a:

pure PRE PREGNALIA (specially adapted formula for women with a pregnancy wish) and

pure PREGNALIA (specially adapted formula for pregnant women)

Seek advice from your doctor or pharmacist.

PRECAUTIONS:

Keep out of the reach and sight of children. Do not exceed the stated recommended daily allowance. A food supplement should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Protect from humidity and heat. Store at room temperature in its original packaging. Do not use after the date indicated on the packaging after 'best before'.

INGREDIENTS:

**Per tablet:** calcium citrate; bulking agent: microcrystalline cellulose; choline bitartrate; magnesium oxide; beta-carotene; vitamin C (L-ascorbic acid); anti-caking agents: silicon dioxide, magnesium salts of fatty acids; zinc bisglycinate; glazing agent: hydroxypropyl methylcellulose, vitamin B3 (nicotinamide), natural vitamin E (D-alpha-tocopheryl succinate); elemental iron (Feronyl® iron complex); vitamin B5 (D-calcium pantothenate), sodium selenite, vitamin B6 (pyridoxal-5'-phosphate); potassium iodide; wetting agent: polyethylene glycol; D-biotin; vitamin B2 (sodium riboflavin-5'-phosphate), vitamin B1 (thiamine hydrochloride), (6S)-5-methyltetrahydrofolic acid, glucosamine salt (folic acid); vanilla flavouring, vitamin B12 (methylcobalamin and 5'-deoxyadenosylcobalamin)

**Per softgel:** purified fish oil, fish gelatine, anti-caking agent: glycerol; antioxidants: rosemary extract, tocopherol-rich extract; vitamin D3 (cholecalciferol).

**Epax®** is a registered brand (fish oil) and guarantees high-quality, safe and highly absorbable fatty acids in the form of **re-esterified triglycerides**. In this way, you obtain highly concentrated omega 3 fish oil per softgel. Epax® also guarantees **ultra-pure fish oil**. Indeed, Epax® fish oil uses small fish and also employs a high-tech patented purification process that eliminates contaminants present in the crude oils, as well as a stabilisation process that limits the oxidation of the latter. Epax® fish oil guarantees a TotOx index of **less than 10**.

**X.O® patented process for stabilising and purifying oils (fish oil)**

X.O® is a registered process that optimises the stability of oils rich in polyunsaturated fatty acids while delaying the effects of oxidation. **This includes the addition of rosemary extract and vitamin E as antioxidants.**

Net weight: 84.45 g (30 tablets + 30 softgels)

Lot number: see packaging

pure **POST PREGNALIA** is a product of the highest quality, produced in the EU under GMP and HACCP standards.

DISTRIBUTOR:

Solidpharma BV, Heistraat 16, 9052 Zwijnaarde (Belgium)

Notification N°: NUT/AS 1707/42 (tablet) and NUT/AS 1707/49 (softgel)