

NATALIS®

Ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zur Entbindung.

Wir freuen uns, dass Sie sich für SanaExpert Natalis® entschieden haben. Die Firma SanaExpert steht seit vielen Jahren für Gesundheit und die Herstellung hochwertiger Produkte. In dieser Packungsbeilage finden Sie wichtige Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen. Wenn Sie grundsätzliche Fragen zum Thema Schwangerschaft haben, sprechen Sie im Zweifel bitte immer auch mit dem Arzt oder Apotheker Ihres Vertrauens.

SanaExpert Natalis® leistet ab der 13. Schwangerschaftswoche (SSW) bis zur Entbindung einen wichtigen Beitrag zur Versorgung mit DHA, Folsäure, Mineralstoffen und Spurenelementen. Die optimale Versorgung des Körpers mit lebenswichtigen Nährstoffen ist bereits ab Kinderwunsch, in der Schwangerschaft und bis zum Ende der Stillzeit sehr wichtig. Versorgen Sie sich und Ihr Baby daher lückenlos mit der Kombination hochwertiger Mikronährstoffe.

SanaExpert Natalis® Folsäure

Nährwerte	Tagesration pro 1 Kapsel	%NRV*	pro 100 g	%NRV*
Brennwert	2,2 kJ / 0,5 kcal		282 kJ / 67 kcal	
Fett	0,02 g		3,1 g	
davon gesättigte Fettsäuren	< 0,01 g		0,87 g	
Kohlenhydrate	< 0,01 g		0,83 g	
davon Zucker	< 0,01 g		0,37 g	
Ballaststoffe	0,11 g		14,1 g	
Eiweiß	< 0,01 g		0,15 g	
Salz**	< 0,01 g		0,01 g	
Vitamin C	120 mg	150	15102 mg	18878
Vitamin B1	2,8 mg	255	352 mg	32033
Vitamin B2	3,2 mg	229	402 mg	28763
Vitamin B12	2,0 µg	80	251 µg	10068
Vitamin B6	4,0 mg	286	503 mg	35957
Vitamin A	800 µg	100	100674 µg	12584
Vitamin E	20,0 mg	167	2517 mg	20977
Niacin	36,0 mg	225	4530 mg	28317
Biotin	100 µg	200	12588 µg	25177
Pantothensäure	12,0 mg	200	1510 mg	25169
Folsäure***	400 µg	200	53084 µg	26542
Magnesium	180 mg	48	22781 mg	6075
Eisen	5,0 mg	36	629 mg	4497
Zink	7,5 mg	75	837 mg	8740
Selen	50,0 µg	91	6314 µg	11481
Jod	150 µg	100	18876 µg	12584
Chrom	50,0 µg	125	6297 µg	15743

* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte (Nutrient Reference Values) nach Verordnung (EU) Nr. 1169/2011.

** Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

SanaExpert Natalis® DHA

Nährwerte	Tagesration pro 2 Kapseln	%NRV*	pro 100 g	%NRV*
Brennwert	42,0 kJ / 10,0 kcal		2852 kJ / 681 kcal	
Fett	1,0 g		69,4 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,00 g		0,00 g	
Kohlenhydrate	0,00 g		0,00 g	
davon Zucker	0,00 g		0,00 g	
Ballaststoffe	0,00 g		0,00 g	
Eiweiß	0,20 g		13,9 g	
Salz**	0,00 g		0,00 g	
Omega-3-Fettsäuren	800 mg		55,6 g	
davon EPA	100 mg		6,9 g	
davon DPA	700 mg		48,6 g	

* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte (Nutrient Reference Values) nach Verordnung (EU) Nr. 1169/2011.

** Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

Zutaten SanaExpert Natalis® Folsäure:

Magnesiumoxid, Calciumascorbat, Kapselhülle Hydroxypropylmethylcellulose, DL-alpha-Tocopheryllacetat, Zinkgluconat, Nicotinamid, Emulgator Sojalecithin, Eisen-II-Sulfat, Calcium-D-pantothenat, Retinylacetat, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin-5'-phosphat, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Thiaminmononitrat, Kaliumjodid (enthält Maltodextrin), Maltodextrin, Pteroylmonoglutaminsäure, Chrom-III-chlorid, Natriumselenit, D-Biotin, Cyanocobalamin.

Zutaten SanaExpert Natalis® DHA:

Fischöl (10% EPA / 70% DHA), Gelatine (Rind), gereinigtes Wasser, Feuchthaltemittel Glycerin.

Pharmazentralnummer (PZN): 9088692

Was ist SanaExpert Natalis®?

SanaExpert Natalis® ist ein Nahrungsergänzungsmittel speziell für Frauen in der Spätschwangerschaft (ab der 13. SSW) bis zur Entbindung. Es enthält neben wichtigen Vitaminen und Spurenelementen vor allem Folsäure, Jod, Magnesium und Eisen sowie spezielle Omega-3-Fettsäuren, hier insbesondere die hochdosierte Omega-3-Fettsäure DHA.

Enthält SanaExpert Natalis® Laktose?

SanaExpert Natalis® ist laktose- und glutenfrei und kann auch bei bestehender Laktoseintoleranz verzehrt werden.

Wie lange soll ich SanaExpert Natalis® einnehmen?

Ihre Ernährung, insbesondere vor und während der Schwangerschaft, spielt eine wichtige Rolle für die Entwicklung Ihres Kindes. Aber auch die Zeit nach der Entbindung ist von überaus großer Bedeutung. Während der Stillzeit ist eine Ernährung mit wertvollen Mikronährstoffen wichtig, da Sie Ihr Baby über die Muttermilch mit lebenswichtigen Nährstoffen versorgen. Sie können mit der Einnahme von SanaExpert Natalis® einen wertvollen Beitrag leisten, Ihr Kind und sich aber der 13. SSW bis zur Entbindung unterstützend mit Mikronährstoffen zu versorgen. Mikronährstoffe werden vom Körper tagtäglich benötigt. Eine regelmäßige Einnahme, auch über einen längeren Zeitraum, ist daher empfehlenswert. Ab Entbindung wechseln Sie bitte zu SanaExpert Natalis® Lact, das speziell auf die Bedürfnisse in der Stillzeit zugeschnitten ist. Nähere Informationen zum SanaExpert Natalis® 3-Phasen-Konzept (Kinderwunsch, Schwangerschaft und Stillzeit) finden Sie auch auf der Rückseite dieses Packungsbelegers.

Welche Bedeutung hat DHA?

DHA (Docosahexaensäure) ist eine mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäure. Die Aufnahme von DHA zusätzlich zur gewöhnlichen Ernährung durch die Mutter kann einen unterstützenden Beitrag zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen des Fötus und des gestillten Babys leisten. Da es sich bei SanaExpert Natalis® DHA um ein hochwertiges Naturprodukt handelt, sind geringe natürliche Farbschwankungen der Omega-3 Kapseln möglich und normal.

Was sollte ich sonst noch beachten?

Während der Schwangerschaft ist der Eisen- und häufig auch der Magnesiumbedarf besonders hoch. Achten Sie auf eine gesunde Ernährung und gegebenenfalls auf eine ausreichende Supplementierung. Sicherheit geht vor: Fragen Sie im Zweifel immer auch den Arzt oder Apotheker Ihres Vertrauens. Die Tagesverzehrempfehlung sollte nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten außerdem nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung dienen. Achten Sie auch auf eine gesunde Lebensweise.

Wie lagere ich SanaExpert Natalis®?

Bitte bewahren Sie SanaExpert Natalis® kühl und trocken und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern auf.

Expertenempfehlung:

Sie können Ihrem Körper mit SanaExpert Natalis® grundsätzlich nur Gutes tun. Jeder Körper benötigt üblicherweise etwas Zeit, um sich an die Ernährungssituation mit Mikronährstoffen zu gewöhnen. Frühzeitig mit der ausreichenden Versorgung, insbesondere durch Folsäure und DHA zu beginnen, ist daher sinnvoll.

Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie weitere Informationen benötigen, sei es zu SanaExpert Natalis® oder zu allen anderen Gesundheitsprodukten der Firma SanaExpert, zögern Sie bitte nicht und wenden Sie sich jederzeit an uns. Unser Gesundheitsteam freut sich darauf, Ihre Fragen zu beantworten. Sie erreichen die SanaExpert-Hotline in München Deutschland unter: +49 (0)89 550 547 334.

Verzehrempfehlung:

Nehmen Sie täglich 2 Kapseln SanaExpert Natalis® DHA und 1 Kapsel SanaExpert Natalis® Folsäure mit einem Glas Wasser zu einer Mahlzeit ein. SanaExpert Natalis® ist zum dauerhaften Verzehr geeignet.

Packungsgröße:

SanaExpert Natalis® enthält 60 Kapseln Natalis® DHA und 30 Kapseln Natalis® Folsäure.



English

Ingredients SanaExpert Natalis® folic acid: Magnesium oxide, calcium ascorbate, capsule shell hydroxypropylmethylcellulose, DL-alpha-tocopheryl acetate, zinc gluconate, nicotinamide, emulsifier soya lecithin, ferrous sulfate, calcium D-pantothenate, retinyl acetate, pyridoxine hydrochloride, riboflavin 5'-phosphate, release agent magnesium salts of Fatty acids, thiamine mononitrate, potassium iodide (containing maltodextrin), maltodextrin, pteroylmonoglutamic acid, chromium-III-chloride, sodium selenite, Dbiotin, cyanocobalamin.

Ingredients SanaExpert Natalis® DHA: Fish oil (10% EPA / 70% DHA), gelatin, purified water, humectant glycerine.

Recommended intake: SanaExpert Natalis® contains 60 capsules DHA and 30 capsules folic acid. Take 2 capsules of SanaExpert Natalis® DHA and 1 capsule of SanaExpert Natalis® folic acid daily with a glass of water. SanaExpert Natalis® DHA and folic acid are suitable for permanent consumption.

Important notice: Do not exceed the recommended daily dose. Keep out of the reach of children. Not suitable for children under the age of 18. Should not be used as a substitute for a varied and balanced diet. Store cool and dry.



laktosefrei



fruktosefrei



glutenfrei



gentechnikfrei

Mehr Informationen finden Sie auf: www.natalis.de und www.sanaexpert.de

Erwerben können Sie die Gesundheitsprodukte der SanaExpert in der Apotheke Ihres Vertrauens oder bei Amazon:



Deutschland: www.amazon.de/sanaexpert - Italia: www.amazon.it/sanaexpert - España: www.amazon.es/sanaexpert



NATALIS®

Das 3-Phasen-Konzept für mein Baby & mich!

Bereits der Wunsch, ein Kind zu bekommen ist etwas ganz Besonderes. Und wenn es dann so weit ist und Sie schwanger sind, befinden Sie sich in einer der wunderschönsten und spannendsten Lebensphasen. Natürlich treten in dieser Zeit auch ganz viele Fragen auf: Wie entwickelt sich mein Baby im Mutterleib? Ab wann und wie soll ich mich schonend verhalten? Was darf ich essen und was sollte ich lieber meiden?

Und was kann ich tun, um mein Kind und auch mich in jeder Phase der Schwangerschaft mit genau den Nährstoffen zu versorgen, die zu diesem Zeitpunkt richtig und sinnvoll sind?

Insbesondere auf die letzte Frage haben wir eine verbindliche Antwort für Sie:

Das SanaExpert Natalis® 3-Phasen-Konzept, genauestens abgestimmt auf die jeweilige Phase der Schwangerschaft.

Das 3-Phasen-Konzept leitet sich ab aus den Phasen Kinderwunsch (Phase 1), Schwangerschaft (Phase 2) und Stillzeit (Phase 3).

In jeder Phase Ihrer Schwangerschaft gezielt versorgt:



Bei **Kinderwunsch** sind insbesondere Zink (Unterstützung der normalen Fruchtbarkeit) sowie Folsäure und Quatrefolic® (senken das Risiko für Neuralrohrdefekte) von übergeordneter Wichtigkeit. All diese Inhaltsstoffe sind hoch dosiert in Natalis Pre enthalten.

In der **Schwangerschaft (Phase 2)** spielen insbesondere die Omega-3-Fettsäure DHA (unterstützt die Entwicklung der Augen und des Gehirns bereits beim Fötus) und Eisen (unterstützt die Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei der Mutter) essenziell. SanaExpert Natalis® enthält hoch dosiertes DHA (700 mg / Tagesdosis) und Eisen in Phase 2.

Auch in **Phase 3 (Stillzeit)** spielen verschiedene Vitamine und DHA eine wichtige Rolle. Fenchel und Bockshornklee-Extrakt sind beim Stillen ebenfalls empfehlenswert und regelmäßig auch in sogenannten Still-Tees enthalten. All diese wertvollen Inhaltsstoffe finden sich in SanaExpert Natalis® Lact, speziell für die Stillzeit.

Stets zielgerichtet versorgt mit hochwertigsten Mikronährstoffen – in jeder Phase Ihrer Schwangerschaft.

Unsere Natalis® Produkte auf einen Blick:



01

NATALIS® Pre

Ab Kinderwunsch bis zur 12. SSW

Folsäure spielt eine wichtige Rolle, um die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim Fötus zu vermeiden.

Quatrefolic® ist ein bioaktives Folat, das die natürliche, aktive Form der Folsäure liefert.

PZN 13346272 30 Kapseln



02

NATALIS®

Ab der 13. SSW bis zur Entbindung

Folsäure trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei.

DHA & EPA können die Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus unterstützen.

PZN 9088692 90 Kapseln



03

NATALIS® Lact

Ab der Stillzeit

Bockshornklee kann die Produktion der Muttermilch anregen.

Fenchel kann entkrampfend wirken und dem Baby bei vorhandenen Kleinkinderkoliken helfen.

PZN 15817304 90 Kapseln