

## **Caneafem 2 Extrafolate-S<sup>®</sup> + DHA**

Caneafem 2 mit Extrafolate-S<sup>®</sup> + DHA wurde speziell für die optimale Versorgung von Mutter und Kind ab der 13. Schwangerschaftswoche (SSW) entwickelt, damit Sie und Ihr Baby in dieser Zeit optimal versorgt sind. Neben bioaktiver Folsäure (Folat) und wichtigen Vitaminen benötigen Mutter und Kind ab der 13. SSW und auch in der Stillzeit zusätzlich mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäuren. DHA und EPA, beides Omega-3-Fettsäuren, haben während der Schwangerschaft eine besondere Bedeutung. Caneafem 2 Extrafolate-S<sup>®</sup> + DHA enthält bioaktives Folat, wichtige Vitamine und zusätzlich die mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA.

### **Warum Folsäure in der Schwangerschaft so besonders wichtig ist**

Wissenschaftliche Studien belegen, dass das Risiko eines Neuralrohrdefektes durch die zusätzliche Einnahme von 400 µg Folsäure, vor und während der kritischen Phase des sog. Neuralrohrverschlusses, signifikant verringert werden kann. Unabhängig davon können u.a. auch erbliche Faktoren ein Risiko für einen Neuralrohrdefekt sein. Folat hat eine wichtige Funktion bei der Zellteilung, da diese für die Entwicklung des Neuralrohrs von besonderer Bedeutung ist. Darüber hinaus trägt Folat während der Schwangerschaft auch zum notwendigen Wachstum des mütterlichen Gewebes, wie der Plazenta bei. Bis zur 30. Schwangerschaftswoche (SSW) benötigt eine schwangere Frau bis zu 50% mehr Blutvolumen. Hierbei hat Folat eine wichtige Funktion, denn es trägt zu einer normalen Blutbildung bei. Darüber hinaus trägt Vitamin B12 zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei. Die Vitamine B2, B6, B12, Niacin, Pantothensäure und Vitamin C tragen darüber hinaus zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei, die Schwangeren oft zu schaffen machen.

### **Welche Aufgabe haben Omega-3-Fettsäuren in der Schwangerschaft?**

Säuglinge, besonders Frühgeborene und nicht gestillte Neugeborene sowie Kleinkinder, haben ein höheres Risiko einer Unterversorgung von Omega-3-Fettsäuren als Erwachsene. Da Omega-3-Fettsäuren jedoch nur in geringsten Mengen vom menschlichen Körper gebildet werden können, müssen sie über die Ernährung und/oder Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden. Nach Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sollten Schwangere und Stillende im Durchschnitt mindestens 200 mg Docosahexaensäure (DHA) am Tag zuführen. Denn DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion und Sehkraft bei. Die Zufuhr von EPA (Eicosapentaensäure) trägt zu einer normalen Herzfunktion während der Schwangerschaft und in der Stillzeit bei.

Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA ein. Um das lästige Aufstoßen während der Auflösung der Omega-3 Kapseln im Magen zu vermeiden, wird bei Caneafem 2 Extrafolate-S® + DHA eine speziell retardierte Weichgelatine kapsel verwendet. Aufgrund des besonderen Herstellungsverfahrens löst sich die Kapsel im Magensaft verzögert auf, wodurch störendes Aufstoßen vermieden werden kann.

Die in Caneafem 2 Extrafolate-S® + DHA eingesetzten Omega-3-Fettsäuren zeichnen sich durch eine besonders hohe Qualität aus:

- natürliches Fischöl aus Wildfang
- nachhaltig und FOS-zertifiziert („Friend-Of-Sea“)

Zusätzlich deckt Caneafem 2 Extrafolate-S® + DHA den in der Schwangerschaft erhöhten Bedarf an bioaktivem Folat und Vitamin B12 ab. Weitere ausgesuchte und wertvolle Vitamine runden dieses besondere Produkt ab.

Caneafem 2 mit Extrafolate-S® + DHA ist frei von Rinder-, Schweinegelatine und ist laktose-, glutenfrei.

#### **Zutaten Hartkapsel:**

Maisstärke, L-Ascorbinsäure, Hydroxypropylmethylcellulose, DL- $\alpha$ -Tocopherylacetat, Nicotinamid, Calcium-L-methylfolat (Extrafolate-S®), Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure), Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Cyanocobalamin, Cholecalciferol, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, D-Biotin, Farbstoff Calciumcarbonat

#### **Zutaten Weichkapsel:**

DHA-, EPA-haltiges Fischöl, Fischgelatine, Feuchthaltemittel Glycerin, D- $\alpha$ -Tocopherol, D-Xylose

#### **Nährstoffe pro Hartkapsel:**

Folsäure	400 $\mu$ g
- aus Folsäure	200 $\mu$ g
- aus Folat	200 $\mu$ g
Vitamin B1	1,2 mg
Vitamin B2	1,3 mg
Vitamin B6	1,9 mg
Vitamin B12	3,5 $\mu$ g
Biotin (Vitamin H)	60 $\mu$ g
Niacin	15 mg NE
Pantothensäure	6,0 mg
Vitamin C	110 mg
Vitamin D	20 $\mu$ g
Vitamin E	13 mg $\alpha$ -TE

**Nährstoffe pro Weichkapsel:**

DHA	200 mg
EPA	45 mg
Vitamin E	12 mg $\alpha$ -TE

**Verzehrempfehlung:**

Pro Tag zu einer Mahlzeit eine Hart- und eine Weichkapsel mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen, z.B. mit stillem Wasser. Die Flüssigkeit sollte Zimmertemperatur nicht überschreiten.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

**Aufbewahrung:**

Bei Raumtemperatur, trocken, stets verschlossen und außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.