

# femibion® 1

## Frühschwangerschaft

Bis zum Ende der 12. Schwangerschaftswoche

Für den besonderen Bedarf werdender Mütter\* und Babys\*\* in der Frühschwangerschaft.

- + Frauen im ersten Drittel der Schwangerschaft haben einen besonderen Nährstoffbedarf, der in der Regel nur schwer über die tägliche Ernährung zugeführt werden kann. Mit FEMIBION 1 erhältst du wichtige Nährstoffe, die dich und dein ungeborenes Baby in dieser wichtigen Lebensphase gezielt versorgen. Die Nährstoff-Kombination basiert auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und wurde mit Ernährungsexperten entwickelt.
- + Gemäß offiziellen Empfehlungen solltest du vor und während deiner Schwangerschaft zusätzlich Folsäure einnehmen. Folsäure wird im Körper zu Folat umgewandelt, indem es im Körper aktiviert wird, um seine positiven Eigenschaften voll zu entfalten. Dieser Aktivierungsprozess verläuft aber nicht bei allen Frauen optimal. Das patentierte Metafolin® muss nicht extra aktiviert werden und kann somit von nahezu jeder Frau vollständig verwertet werden.

\*Folat (Folsäure und Metafolin®) trägt zur

- + Blutbildung und Zellteilung sowie zum Wachstum der Plazenta während der Schwangerschaft bei. Die Plazenta versorgt dein ungeborenes Baby mit wichtigen Nährstoffen, die es braucht.
- + \*\* Die ergänzende Aufnahme von Folsäure erhöht bei Schwangeren den Folatspiegel. Ein niedriger Folatspiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus. Dafür sollten zusätzlich täglich 400 µg Folsäure über einen Zeitraum von mindestens einem

Monat vor und bis zu drei Monaten nach der Empfängnis eingenommen werden. Der Zusammenhang zwischen einem niedrigen Folatspiegel als einem wichtigen Risikofaktor bei der Entstehung eines Neuralrohrdefektes ist wissenschaftlich belegt. Ein Neuralrohrdefekt ist durch mehrere Risikofaktoren bedingt. Die Veränderung eines Risikofaktors kann eine positive Wirkung haben oder auch nicht. Es gibt weitere Faktoren, die das Risiko für einen Neuralrohrdefekt unabhängig davon erhöhen können.

- + FEMIBION bietet dir eine besondere Kombination aus zwei Folatquellen: Folsäure und Metafolin®. Metafolin® ist eine patentierte Entwicklung der langjährigen Merck Folatforschung.
- + Zusätzlich enthält FEMIBION 1 weitere 10 wertvolle Vitamine und Jod. Damit ist FEMIBION ausgerichtet auf den speziellen Bedarf werdender Mütter\* und unterstützt die gesunde Entwicklung deines Babys\*\* in jeder Phase.

**Besondere Hinweise:**  
FEMIBION 1 ist auch ohne Jod erhältlich.

**Packungsgrößen:**  
FEMIBION 1 ist in 2 Packungsgrößen erhältlich: 30 Tage, 60 Tage.

Ab der 13. Schwangerschaftswoche ist neben Folat (Folsäure und Metafolin®) zusätzlich DHA wichtig. Diese Omega-3-Fettsäure unterstützt die Entwicklung des kindlichen Gehirns und der Augen deines Babys. Hierfür sollten zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesmenge von 250 mg Omega-3-Fettsäuren täglich 200 mg DHA zugeführt werden. Wechsle darum mit Beginn des zweiten Schwangerschaftsdrittels zu FEMIBION 2. Mit der Einnahme von FEMIBION 2 versorgst du dein Baby mit wichtigen Nährstoffen, wie z.B. DHA, die es für sein gesundes weiteres Wachstum bis in die Stillzeit braucht.



### TIPP:

Auf [www.femibion.de](http://www.femibion.de) findest du viele wertvolle Tipps, die dich durch die Schwangerschaft begleiten. Schau doch mal vorbei.



- + You will find this package insert in English language on the internet at [www.femibion.de](http://www.femibion.de)
- + Bu ambalaj prospektüsünü Türkçe olarak da Internet 'te [www.femibion.de](http://www.femibion.de) adresinde de bulabilirsiniz.
- + Данный листок-вкладыш на русском языке Вы найдете в Интернете по адресу: [www.femibion.de](http://www.femibion.de)

Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Germany

**Alles, was FEMIBION 1 dir und deinem Baby gibt:**

**FOLSÄURE** ist ein synthetisch hergestelltes B-Vitamin, das der Körper in Folat umwandelt. Folat braucht der menschliche Körper für die Zellteilung (Wachstumsprozesse), es wird sonst nur über die Nahrung aufgenommen. Die Einnahme von Folsäure wird daher empfohlen, aber nicht jede Frau kann Folsäure vollständig verwerten.

**METAFOLIN®** ist eine von Merck entwickelte und patentierte Premium-Folsäureform, die von nahezu allen Frauen optimal verwertet werden kann. Sie unterstützt die gesunde Entwicklung des Babys in der Schwangerschaft. Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Germany.

**JOD** trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen bei. Der Arbeitskreis Jodmangel rät Schwangeren und Stillenden, die tägliche Nahrung mit 100–150 µg Jod zu ergänzen. FEMIBION 1 und FEMIBION 2 sind auch ohne Jod erhältlich.

**VITAMIN B1, VITAMIN B2 und BIOTIN** tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

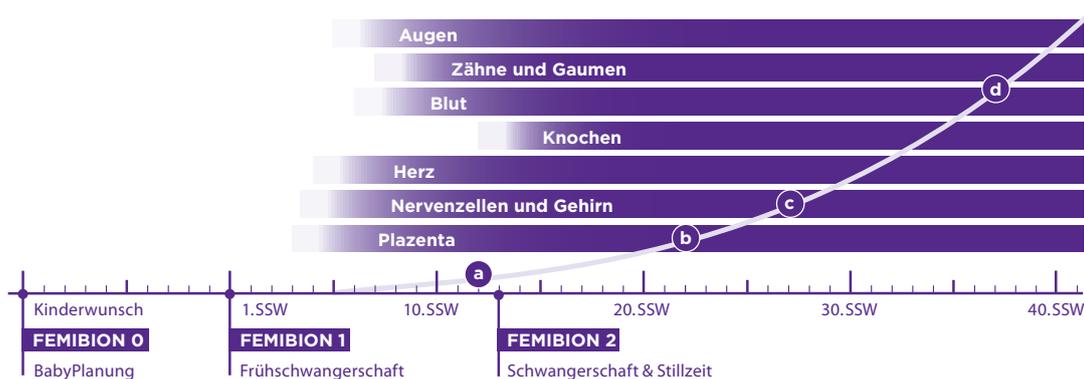
**VITAMIN B6, VITAMIN B12 und NIACIN** tragen zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

**VITAMIN C** trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

**VITAMIN D3** leistet einen Beitrag für die normale Funktion des Immunsystems und der Zellteilung.

**VITAMIN E** hilft die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

# Wichtige Entwicklungsschritte in deiner Schwangerschaft.



## Größe und Gewicht:\*

- a 12. SSW\*\*** ca. 5–6 cm, ca. 15–20 g
- b 22. SSW** ca. 23–29 cm, ca. 450–700 g
- c 27. SSW** ca. 34–40 cm, ca. 900–1.100 g
- d 37. SSW** ca. 48–54 cm, ca. 2.800–4.000 g

\*Jede Schwangerschaft ist individuell. Unsere Angaben über die Fötusentwicklung sind nur Durchschnittswerte. Mach dir also keine Sorgen, wenn die tatsächliche Größe und das Gewicht deines Babys von unseren Angaben abweichen.

\*\* Schwangerschaftswoche

## Nicht nur die Freude aufs Baby entwickelt sich:

**8. SSW** Beim Ultraschall kannst du wahrscheinlich den Herzschlag deines Babys hören.

**16. SSW** Dein Baby beginnt vielleicht schon damit, am Daumen zu nuckeln.

**18. SSW** Mädchen oder Junge? Dein Frauenarzt kann es eventuell schon verraten.

**20. SSW** Der Kopf deines Babys sowie seine Haare und Zähne beginnen zu wachsen.

**26. SSW** Du spürst eventuell ab und zu ein rhythmisches Zucken. Dein Baby hat Schluckauf und lernt zu atmen.

**28. SSW** Die Augen deines Babys öffnen sich und es beginnt zu blinzeln. Es unterscheidet nun zwischen hell und dunkel.

**32. SSW** Deinem Baby sind winzige Finger- und Fußnägel gewachsen.

**MERCK**

7.52532.0064/DEU/85877.H003