


## Wohlfühlen in der Schwangerschaft

mit Ingwer, Jod, Folsäure  Quatrefolic®, Vitamin B1, B2, B6, B12

**30 Kapseln | 1 x täglich**



## Gebrauchsinformation

Bitte sorgfältig lesen!

Wir freuen uns, dass Sie sich für **femix relief** entschieden haben.

**femix relief** enthält hochwertige Mikronährstoffe in komplexer Zusammensetzung und ausgewogener Dosierung. Die Inhaltsstoffe wurden nach neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen zusammengestellt.

**femix relief** wird nach höchsten Qualitätsstandards (GMP / HACCP) in Deutschland hergestellt. Ein GMP-gerechtes Qualitätsmanagementsystem dient der Gewährleistung der Produktqualität. HACCP garantiert einen qualitätsgesicherten Produktionsprozess vom Rohstoff bis zum Endprodukt.

Übelkeit, Erbrechen, Schwindel – die sogenannte Reisekrankheit (Kinetose) kann das Reisevergnügen deutlich trüben – auch wenn sie keine Krankheit im eigentlichen Sinn ist. Vor allem auf Schiffen (sog. Seekrankheit), im Auto, in der Bahn oder in Flugzeugen kann sie bei manchen zu Beschwerden führen. Fast jeder ist in seinem Leben einmal von Reisekrankheit betroffen. Übelkeit und/oder Erbrechen treten bei bis zu 85 % aller schwangeren Frauen hauptsächlich zwischen der 5. und 12. Schwangerschaftswoche auf.

**Ingwer** ist seit Jahrhunderten ein wichtiger Bestandteil der indisch-asiatischen Gesundheitslehre. Die Ingwerpflanze wird bis zu 1,5 Meter groß und bildet in der Erde eine gelbliche Wurzel, die nach ca. 250 Tagen geerntet werden kann. Sie wächst überwiegend in den Tropen und Subtropen. Besonders im ostasiatischen Raum kommt Ingwer schon seit Jahrtausenden zum Einsatz.

**Folsäure** spielt eine wichtige Rolle bei der Zellteilung und Blutbildung sowie beim Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft. **femix relief** enthält das **patentiertere Quatrefolic®**, die bioaktive, stabile Form der Folsäure als 5-Methyltetrahydrofolat (5-MTHF). Diese Form von Folat ist im Körper sofort verfügbar, da sie nicht zuerst in aktives Folat umgewandelt werden muss.

**Vitamin B6** trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei und Vitamin B6 trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

**Vitamin B12** trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei und Vitamin B12 hat eine Funktion bei der Zellteilung.

**Jod** trägt zur normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei.

**Vitamin B1** und **B2** tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

**Zusammensetzung:** 30 Kapseln 1x Täglich

Nährstoffe	Pro Verzehrempfehlung (1 Kapsel)	NRV*
<b>Ingwerwurzelpulver</b>	<b>250 mg</b>	<b>-</b>
<b>Vitamin B6</b>	<b>10 mg</b>	<b>714 %</b>
<b>Vitamin B2</b>	<b>5 mg</b>	<b>357 %</b>
<b>Vitamin B1</b>	<b>5 mg</b>	<b>455 %</b>
<b>Vitamin B12</b>	<b>5 µg</b>	<b>200 %</b>
<b>Jod</b>	<b>150 µg</b>	<b>100 %</b>
<b>Folsäure</b>	<b>800 µg</b>	<b>400 %</b>
· Pteroylmonoglutaminsäure	400 µg	
· Quatrefolic-6S-5-MTHF (entspricht 400 µg Folsäure)	778 µg	

\* Nährstoffbezugswert nach Lebensmittelinformationsverordnung EU (VO) 1169/2011

**Zutaten:** Ingwerwurzelpulver (Zingiber officinale rizom) 66 %, Inulin, Vitamin B2 (Riboflavin), Vitamin B1 (Thiaminmononitrat), Folsäure (Pteroylmonoglutaminsäure; (6S)-5-Methyltetrahydrofolsäure, Glucosaminsalz), Vitamin B12 (Cyanocobalamin), Kaliumjodid, Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid), Trennmittel (Tricalciumphosphat, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren)

### Darreichungsformen und Packungsgröße:

1 Packung enthält 30 Kapseln

**Verzehrempfehlung:** Einmal täglich 1 Kapsel unzerkaut mit etwas Flüssigkeit zu oder nach einer Mahlzeit verzehren. **femix relief** ist **frei von Gluten, Laktose**.

**Wichtige Hinweise:** Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren und nicht über 25 °C lagern.

**Nahrungsergänzungsmittel mit Ingwer, Vitamin B1, B2, B6, B12, Jod und Folsäure.**

 **Quatrefolic®** is a registered trademark of Gnosis.

Hergestellt in Deutschland

Nettofüllmenge:

30 Kapseln = **14,18 g**



PZN 14018274