

# Natalben Twin Kapseln

- gesund durch die Mehrlingsschwangerschaft -

60 Kapseln - PZN 16927727

## Eigenschaften

Natalben Twin ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit den Wirkstoffen Folsäure, wichtiger Vitamine, Pantothensäure, Biotin, Jod, Eisen, Zink, Selen und Omega-3-Fettsäuren. Natalben Twin deckt deinen erhöhten Nährstoffbedarf, den dein Körper während einer Mehrlingsschwangerschaft benötigt, ohne dass du mehrere Kapseln pro Tag einnehmen musst.

- Natalben Twin ist dein Nahrungsergänzungsmittel mit dem täglichen Bedarf an Folsäure für deinen besonderen Bedarf während der Mehrlingsschwangerschaft
- Enthält unter anderem Eisen, Jod, Vitamin D3 und Omega-3 sowie viele weitere wichtige Mineralien und Vitamine, die dein Körper während dieser Zeit braucht
- Nur 1 Kapsel täglich für die Deckung des Nährstoffbedarfs
- Dank der Darreichungsform werden die enthaltenen Wirkstoffe in ausreichender Konzentration zugeführt
- Rezeptfrei in der Apotheke erhältlich
- Zucker-, gluten- und laktosefrei

## Nährwerte & Zutaten

Nährstoff	pro Kapsel	% RM* pro Kapsel	
Folsäure	950 µg	475 %	Folsäure ist für die Zellvermehrung und -teilung essentiell und trägt zum normalen Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei.
Vitamin B12	2,5 µg	100 %	Vitamin B12 unterstützt die normale Funktion des Energie- und Homocystein-Stoffwechsels.
Vitamin B6 (Pyridoxin)	1,4 mg	100 %	Die Funktion des Nervensystems und der Blutbildung wird durch Vitamin B6 unterstützt. Es trägt dazu bei, den normalen Homocysteinspiegel im Blut aufrecht zu erhalten und unterstützt den Körper beim Eiweißstoffwechsel.

Vitamin B1 (Thiamin)	1,1 mg	100 %	Vitamin B1 ist wichtig für die Funktion der Nerven des Herzens und die Reizübermittlung vom Nerv zum Muskel.
Vitamin B2 (Riboflavin)	1,4 mg	100 %	Riboflavin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
Vitamin B3 (Niacin)	16 mg	100 %	Vitamin B3 ist wichtig für den Energiestoffwechsel und hilft, Haut und Schleimhäute gesund zu erhalten. Es unterstützt die normale Funktionsfähigkeit des Nervensystems.

Pantothensäure (Vitamin B5)	6 mg	100 %	Der Körper benötigt Pantothensäure zur Fettverwertung und zur Freisetzung von Energie in Lebensmitteln. Pantothensäure trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
Biotin (Vitamin B7 oder Vitamin H)	50 µg	100 %	Biotin zur Unterstützung der Stoffwechselfunktion des Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsels.
Vitamin C	40 mg	50 %	Vitamin C schützt die Zellen vor freien Radikalen, trägt zur Gesunderhaltung der Blutgefäße bei und stärkt die Immunabwehr. Außerdem unterstützt es die Funktion des Nervensystems und verbessert die Aufnahme von Eisen aus der Nahrung.

Vitamin D3	15 µg	300 %	Vitamin D3 begünstigt neben vielen anderen Funktionen die Kalziumaufnahme, die normale Funktion des Immunsystems und ist an der Zellteilung beteiligt.
------------	-------	-------	--

Jod	200 µg	133 %	Jod ist für die optimale Entwicklung des Babys notwendig, sowohl auf körperlicher Ebene, für ein optimales Wachstum, als auch auf kognitiver Ebene. Jod unterstützt den Aufbau der Haut und ist ein wichtiger Bestandteil zur Regulierung des Energiehaushaltes. Es trägt außerdem zur normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei.
-----	--------	-------	---

Eisen	30 mg	214 %	Eisen ist für die optimale Entwicklung der Babys und für die Blutbildung notwendig. Der Eisenbedarf bei Zwillingsschwangerschaften wird auf fast das Doppelte von Einlingsschwangerschaften geschätzt (Roselló-Soberón et al., Nutrition Reviews, 63: 295-302, 2005)
Zink	10 mg	100 %	Zink unterstützt die normale Fruchtbarkeit und ist durch seine antioxidativen Eigenschaften wichtig für den Fruchtbarkeits- und Reproduktionsprozess.
Selen	55 µg	100 %	Selen unterstützt das Immunsystem.

Omega-3-Fettsäure (Docosahexaensäure; DHA)	200 mg	-	Die essentiellen Nährstoffe werden hauptsächlich über die Nahrung aufgenommen, da der Körper sie nur bedingt synthetisieren kann. DHA trägt zur normalen Entwicklung des zentralen Nervensystems und des Sehvermögens von Babys bei. EPA und DHA sorgen für die Aufrechterhaltung einer normalen Herzfunktion.
Omega-3-Fettsäure (Eicosapentaensäure;EPA)	40 mg	-	

\* % der EU-Referenzmenge der täglichen Zufuhr

Zutaten: Fischöl (DHA / EPA Omega-3), Überzugsmittel (Rindergelatine), Eisenfumarat, Feuchthaltemittel (Glycerin E-422), L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Feuchthaltemittel (Sorbit E-420), Triglyceride, Nikotinamid (Vitamin B3), Zinkoxid, Verdickungsmittel (Bienenwachs, gelb E-901), Antbackmittel (Sonnenblumenlecithin E-322), Calcium-D-Pantothenat, Cyanocobalamin (Vitamin B12), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Riboflavin (Vitamin B2), Thiaminmononitrat (Vitamin B1), Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure), Farbstoff (Titandioxid E-171), Cholecalciferol (Vitamin D3), Farbstoff (schwarzes Eisenoxid E-172), Kaliumiodat, Farbstoff (karminrot E-120), Natriumselenit und D-Biotin.

## Dosierung

1 Kapsel Natalben Twin pro Tag. Natalben Twin zu einer Mahlzeit mit ausreichend kalter Flüssigkeit (bestenfalls einem Glas Wasser) einnehmen. Die empfohlene Tageshöchstdosis sollte nicht überschritten werden.

## Wichtige Hinweise

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

## Kontakt

ITF Pharma GmbH

Prinzregentenplatz 14  
81675 München

Telefon: +49 89 18942650  
Telefax: +49 89 189426519  
E-Mail: [info@itfpharma.de](mailto:info@itfpharma.de)  
Internet: [www.itf-pharma.de](http://www.itf-pharma.de)

Stand: 01/2023