

Состав

Железо+

Таблетка № 1 (розовая)

Витамины

- С - 50 мг;
- В1 - 1,2 мг;
- Бета-каротин - 2 мг;
- Фолиевая кислота - 300 мкг.

Минералы

- Железо - 20 мг ;
- Медь - 1 мг.

Аминокислоты

- Таурин - 50 мг.

Антиоксиданты+

Таблетка № 2 (голубая)

Витамины

- Никотинамид - 19 мг;
- Е - 12 мг;
- В6 - 2 мг;
- Бета-каротин - 2 мг;
- В2 - 1 мг;
- С - 40 мг.

Минералы

- Магний - 50 мг;
- Цинк - 12 мг;
- Марганец - 1 мг;
- Йод - 150 мкг;
- Селен - 40 мкг;
- Молибден - 25 мкг.

Кальций-D3+

Таблетка № 3 (белая с кремовым оттенком)

Витамины

- В5 - 5 мг;
- Фолиевая кислота - 300 мкг;
- В12 - 3 мкг;
- D3 - 10 мкг;
- К1 - 60 мкг;
- Биотин (Н) - 30 мкг.

Минералы

- Кальций - 250 мг;
- Фосфор -125 мг;
- Хром - 25 мкг.

Описание

Время, когда женщина ожидает появления своего малыша на свет, удивительно и неповторимо. Нередко возникает вопрос: нужно ли принимать витамины во время беременности и в период грудного вскармливания? Большинство специалистов считает такой прием необходимым. Более того, так как маме и малышу нужен большой набор полезных веществ, удобно принимать полноценный сбалансированный витаминно-минеральный комплекс, такой как АЛФАВИТ Мамино здоровье. Рассмотрим роль некоторых полезных веществ, которые входят в его состав:

- комплекс витаминов для беременных должен обязательно включать фолиевую кислоту, которая важна для нормального развития кровеносной и нервной системы малыша;
- на маленьком сроке, при риске самопроизвольного прерывания беременности, особое значение имеют витамины группы В и магний;
- кальций и витамин D необходимы для формирования опорно-двигательного аппарата крохи, а также помогают маме сохранить здоровье собственных зубов и волос.

После рождения ребенка прием витаминно-минеральных комплексов не менее важен, чем во время беременности. Витамины при кормлении грудью назначаются специалистами с учетом общего состояния мамы, при признаках авитаминоза или нехватки каких-либо веществ. Период грудного вскармливания – очень важное время, поэтому, прежде чем принимать витамины для кормящих грудью мам, нужно обязательно проконсультироваться с вашим врачом.

Правильно питайтесь и помните о витаминной поддержке. Желаем здоровья вам и вашему малышу!

Показания

В качестве дополнительного источника витаминов и минеральных веществ (макро- и микроэлементов) для беременных и кормящих женщин.

Противопоказания

Индивидуальная непереносимость компонентов, гиперфункция щитовидной железы. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Способ применения и дозы

Суточная доза – 3 таблетки разного цвета. Принимая таблетки с промежутком во времени: например, утром, днем и вечером, вы сделаете витаминную профилактику более эффективной.

Интервал между приемами 4-6 часов.

Два раза в день

Например, одну таблетку утром и две вечером или наоборот – эффект будет выше, чем при приеме однотаблеточного комплекса.

Три раза в течение дня

Такой режим приема позволит получить максимум пользы от приема АЛФАВИТА – она будет на 30–50 % больше, чем от приема традиционного витаминно-минерального комплекса.

АЛФАВИТ Мамино здоровье можно принимать на протяжении всего периода беременности и кормления грудью, а также при подготовке к беременности.

Помните, что степень нехватки витаминов и минералов – индивидуальный показатель. Как правило, для решения проблемы и устранения недостатка полезных веществ в организме необходимо провести 2–3 курса, с интервалом 10–15 дней между ними.