



Schwangerschaft &amp; Stillzeit

Ab der 13. Schwangerschaftswoche

Für den besonderen Bedarf werdender Mütter\* und Babys\*\* bis in die Stillzeit.

+ Frauen ab dem zweiten Drittel der Schwangerschaft und in der Stillzeit haben einen besonderen Nährstoffbedarf, der in der Regel nur schwer über die tägliche Nahrung zugeführt werden kann. Mit FEMIBION 2 erhältst du wichtige Nährstoffe, die dich und dein Baby in dieser Lebensphase gezielt versorgen. Die Nährstoff-Kombination basiert auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und wurde mit Ernährungsexperten entwickelt.

+ Insbesondere ist in dieser Zeit auf eine ausreichende Folatversorgung zu achten. 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.

+ FEMIBION bietet dir eine besondere Kombination aus zwei Folatquellen: Folsäure und Metafolin®. Metafolin® ist eine patentierte Entwicklung der langjährigen Merck Folatforschung.

+ Was jetzt neben Folsäure und Metafolin® zählt, ist DHA.

\*\*In der zweiten Schwangerschaftshälfte ist DHA, eine mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäure, besonders wichtig. Die Aufnahme von DHA durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Hierfür sollten zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesmenge von 250 mg Omega-3-Fettsäuren täglich 200 mg DHA zugeführt werden.

+ Das in FEMIBION 2 in einer zusätzlichen Kapsel enthaltene DHA ist hochgereinigtes, konzentriertes Fischöl. Durch ein streng kontrolliertes Herstellungsverfahren garantieren wir eine hervorragende und geruchsarme Qualität. Da es sich um ein Naturprodukt handelt, sind geringe Farbschwankungen des Fischöls möglich.

+ Zusätzlich enthält FEMIBION 2 weitere 10 wertvolle Vitamine. Damit ist FEMIBION 2 ausgerichtet auf den speziellen Bedarf werdender\* und stillender Mütter und unterstützt die gesunde Entwicklung deines Babys\*\* in jeder Phase.

**Besondere Hinweise:**  
FEMIBION 2 ist auch mit Jod erhältlich.

**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 2 ohne Jod dir und deinem Baby gibt:**

**FOLSÄURE** ist ein synthetisch hergestelltes B-Vitamin, das der Körper in Folat umwandelt. Folat braucht der menschliche Körper bei der 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 Versorgung des Babys in der Schwangerschaft.\*

**DHA** ist die Abkürzung für Docosahexaensäure. Diese Omega-3-Fettsäure ist in Schwangerschaft und Stillzeit eine der wichtigsten mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Die DGE\*\*\* rät Schwangeren und Stillenden, täglich zusätzlich 200 mg DHA einzunehmen, da es die normale Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und gestilltem Säugling unterstützt\*\*.

**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.

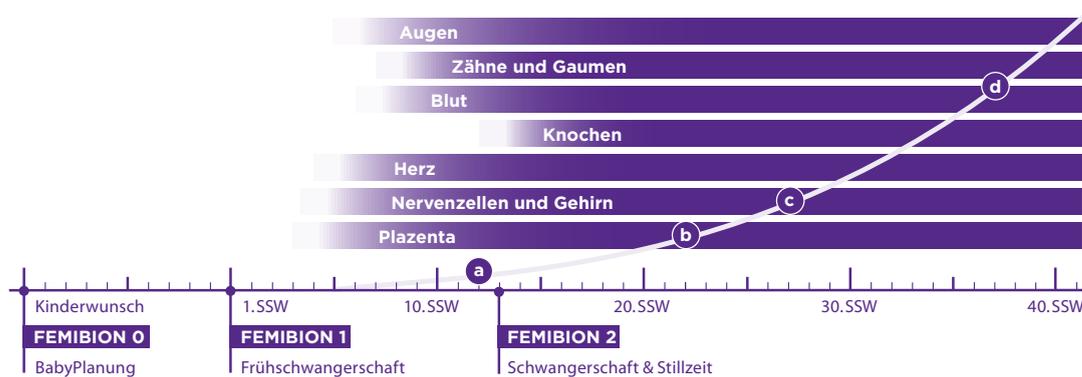
**VITAMIN C** trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

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

**VITAMIN E** trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

\*\*\* DGE = Deutsche Gesellschaft für Ernährung

# Wichtige Entwicklungsschritte in deiner Schwangerschaft.



## Größe und Gewicht:\*

**a 12. SSW\*\*** ca. 5–6 cm, ca. 15–20 g

**c 27. SSW** ca. 34–40 cm, ca. 900–1.100 g

**b 22. SSW** ca. 23–29 cm, ca. 450–700 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**

7.52932.0021/DEU/86952.H048