



Moeder & Baby

Met hooggeconcentreerde DHA-rijke visolie

CAPSULES

- Extra omega 3 en 6 vóór de zwangerschap
- Levert DHA en AA tijdens de zwangerschap; belangrijk voor de ontwikkeling van de hersenen en goed voor het zenuwstelsel
- Voor extra omega 3 en 6 na de zwangerschap

EFAMOL MOEDER & BABY – DHA-RIJKE VISOLIE – SPECIAAL VÓÓR, TIJDENS EN NA ZWANGERSCHAP.

Omega-3-vetzuren zijn van belang voor het zenuwstelsel en spelen een belangrijke rol bij de ontwikkeling van de hersenen. Om ervoor te zorgen dat de vrouw in deze behoefte aan vetzuren kan voorzien, is het belangrijk voorafgaand en tijdens de zwangerschap via voeding een goede hoeveelheid vetzuren in te nemen. Efamol Moeder & Baby heeft een gunstige invloed op de gezondheid van de moeder en helpt haar om, in aanvulling op de voeding, een goede hoeveelheid juiste vetzuren binnen te krijgen vóór, tijdens en na de zwangerschap.

INGREDIËNTEN

Visolie (78%; afkomstig van duurzaam gevangen tonijn), vitamine E (als dl- α -tocoferylacetaat). Capsuleomhulsel (gelatine, glycerol).

Efamol Moeder & Baby bevat geen van melk afgeleide stoffen, suiker, gist, gluten, tarwe en kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

VOEDINGSWAARDE	Per aanbevolen dagdosering (1 capsule)	Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid (ADH)
Energie	31 kJ / 7 kcal	
Eiwitten	0,1 g	
Koolhydraten	0,1 g	
Vetten (visolie)	0,8 g	
waarvan:		
- verzadigd	0,1 g	-
- enkelvoudig onverzadigd	0,2 g	-
- meervoudig onverzadigd (omega-3-vetzuren + omega-6-vetzuren)	0,5 g	-
waarvan:		
- DHA (docosahexaenzuur; omega 3)	375 mg	-
- EPA (eicosapentaenzuur; omega 3)	50 mg	-
- AA (arachidonzuur; omega 6)	15 mg	-
Vitamine E	1,1 mg	9%

* Geen ADH vastgelegd

VERPAKKING

Efamol Moeder & Baby is verkrijgbaar in een verpakking met 30 capsules.

WIJZE VAN GEBRUIK

1 capsule per dag tijdens een maaltijd met wat water innemen en doorslikken. Efamol Moeder & Baby kan gebruikt worden in combinatie met foliumzuur. De aangegeven dosering niet overschrijden.

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding. De aangegeven dosering niet overschrijden.

NIET GEBRUIKEN BIJ

Indien er een overgevoeligheid is voor een of meerdere van de componenten.

VERDRAAGBAARHEID

In de aanbevolen hoeveelheden wordt dit product in het algemeen prima verdragen.

COMBINATIE MET ANDERE PRODUCTEN

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw arts of apotheker.

BEWAREN

Koel en droog bewaren. Zie houdbaarheidsdatum op verpakking. Het is altijd verstandig voedings-supplementen buiten het bereik en het zicht van kinderen te bewaren.

MILIEUTIP

Het doosje kan bij het oude papier.



INFORMATIE

Voor meer informatie kunt u bellen naar de Efamol informatielijn 0900 - 247 47 47 (10cpm).

Of stuur een e-mail naar info@efamol.nl of kijk op www.efamol.nl

PRODUCTIE EN DISTRIBUTIE

Producent

Efamol Ltd., 14 The Mole Business Park, Leatherhead, Surrey, KT22 7BA, Verenigd Koninkrijk

Distributeur Nederland

Biohorma BV, NL-8081 HC Elburg

De tekst van deze gebruiksaanwijzing is voor het laatst gewijzigd op 24 november 2010.

Specialist in essentiële vetzuren

Efamol is al meer dan 30 jaar toonaangevend in de wereld van essentiële vetzuren uit visolieën en teunisbloemolie. Efamol doet voortdurend onderzoek naar de invloed van essentiële vetzuren op het behoud van de gezondheid in verschillende levensstadia. Op basis daarvan ontwikkelt Efamol volgens de laatste wetenschappelijke inzichten hoogwaardige producten, afgestemd op de specifieke behoeften van het lichaam.

DUURZAAM EN ZUIVER

Efamol producten bevatten een goede kwaliteit visolie afkomstig van speciaal geselecteerde wilde vissoorten uit de Zuid-Atlantische en Grote Oceaan, relatief schone zeeën. De visvangst voor Efamol producten verloopt duurzaam en dolfijnvriendelijk. Bovendien wordt de visolie extra gezuiverd en gecontroleerd op minimaal 60 soorten vervuiling. De zuivere teunisbloemolie wordt volgens een speciaal procédé verkregen van kwalitatief hoogwaardige teunisbloemen. De producten van Efamol bevatten geen suiker, gluten, tarwe, gist, van melk afgeleide stoffen, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen en conserveringsmiddelen.

OMEGA 3, OMEGA 6 EN OMEGA 9

Omega 3, omega 6 en omega 9 zijn groepen van zogenaamde onverzadigde vetzuren. Vetzuren zijn van vitaal belang voor het behoud van onze

gezondheid. Ze zijn in elke fase van ons leven – ongeboren vrucht, jong en oud – belangrijk voor een goede ontwikkeling en voor het goed blijven functioneren van onder andere het afweersysteem en het zenuwstelsel. Bovendien vormen ze een onmisbaar onderdeel van al onze cellen.

Omega-3- en omega-6-vetzuren zijn essentiële vetzuren. Ze heten essentieel, omdat ons lichaam deze vetzuren, net als bijvoorbeeld sommige vitaminen en mineralen, niet zelf kan aanmaken. Het is daarom belangrijk dat we ze via onze voeding binnenkrijgen. Bekende omega-3- en omega-6-vetzuren zijn respectievelijk alfa-linoleenzuur en linolzuur. Omega 9 is een groep van onverzadigde vetzuren die wel door ons lichaam kunnen worden aangemaakt. Efamol verwerkt in haar producten daarom alleen omega 3 en omega 6, en geen omega 9.

OMEGA 3 EN OMEGA 6 IN BALANS

De laatste tientallen jaren is ons voedingspatroon veranderd. Daardoor krijgen veel mensen te veel verzadigde vetten binnen en relatief te weinig van de gezonde meervoudig onverzadigde vetzuren. Bovendien is de verhouding omega 3 en omega 6 veranderd. Een goede inname via voeding van omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste onderlinge verhouding is voor iedereen belangrijk. Daarnaast kan aanvulling in de vorm van een supplement zinvol zijn.

EFAMOL: OP MAAT GEMAAKTE VETZUUR-PRODUCTEN

In ons lichaam worden de omega-3- en omega-6-vetzuren alfa-linoleenzuur en linolzuur omgezet in andere omega-3- en omega-6-vetzuren, namelijk EPA en DHA (omega 3) en GLA en AA (omega 6). Het zijn deze stoffen die belangrijk zijn voor het verrichten van belangrijke basisfuncties in ons lichaam. Er zijn echter allerlei factoren die de omzetting van alfa-linoleenzuur en linolzuur kunnen beïnvloeden, zoals leeftijd, alcohol en een teveel aan verzadigd vet. Efamol heeft daarom diverse producten op basis van essentiële vetzuren ontwikkeld, die specifiek de voedingsstoffen EPA, DHA, GLA en AA bevatten, waardoor omzetting in

ons lichaam niet meer nodig is. Bovendien is de onderlinge verhouding van deze voedingsstoffen afgestemd op specifieke behoeften. Hiermee bent u verzekerd van voldoende inname. Bovendien krijgt u zo omega-3- en omega-6-vetzuren in de juiste balans binnen.

DE VOLGENDE PRODUCTEN VAN EFAMOL ZIJN VERKRIJGBAAR

- **Efamol PMP**, voor een normale en regelmatige menstruatie, bij wisselende stemmingen
- **Efamol Huid**, dagelijkse huidverzorging van binnenuit, beschermt tegen huidveroudering
- **Efamol Concentratie**, verbetert concentratie, bevordert leerprestaties en bij druk gedrag
- **Efamol Moeder & Baby**, goed voor de ontwikkeling van hersenen en zenuwstelsel, ondersteunt de gezondheid van de moeder
- **Efamol Omega Compleet**, het goede van vette vis; de omega 3, vitaminen en mineralen
- **Efamol Omega Forte**, goed voor hart en bloedvaten, verbetert concentratie en geheugen, voor soepele gewrichten
- **Efamol Junior (kauwcapsules)**, verbetert de concentratie, bevordert leerprestaties, gunstige invloed bij druk gedrag

