

Fertilovit® F or 2

Food supplement for women planning for pregnancy, during pregnancy and breastfeeding.

Micronutrient preparation with vitamins, minerals, choline, and coenzyme Q10.

Protection, safety and well-being for 2

- ✓ **Protection:** supplemental folate intake contributes to the reduction of the risk of neural tube disorders, antioxidants protect cells from oxidative stress
- ✓ **Safety:** free from artificial colours, animal ingredients, gluten, lactose, preservatives, as well as genetically modified organisms
- ✓ **Well-being:** micronutrients which gently contribute to the reduction of tiredness and fatigue

Deciding for parenthood is a big step for every woman. Once the decision has been taken, an exciting journey commences.

Provide your baby with optimal conditions for its development.

Every mother-to-be can contribute considerably to providing her future baby with the best conditions for its development. In addition to healthy lifestyle choices it is important to ensure an adequate supply with vitamins and minerals well before pregnancy. Throughout pregnancy, too, the best health care for mother and child consists of a healthy lifestyle in combination with a well-balanced diet rich in folic acid and precious vital substances.

What is Fertilovit® F or 2?

Fertilovit® F or 2 is a food supplement specifically designed to meet women's requirements from preconception to pregnancy. It promotes reproductive and pregnancy wellness by providing complete vitamin, antioxidant and mineral support combined with high dose folic acid.

Protection

The B-vitamin folic acid is indispensable for all cell division and cell growth processes and is therefore also considered to be the most important vitamin before and during pregnancy. Folate is contained in many food sources, including fruit and vegetables, but is very sensitive to heat and light and is easily destroyed. The important protective function of folic acid is particularly evident during the early pregnancy, during this time a low folate level is a risk factor for the development of neural tube defects in the growing fetus in pregnant women. Folic acid ensures that the neural tube, from which the central nervous system, the spinal cord, and the brain develop, is completely closed in the embryo. To increase folate levels, supplemental folic acid daily intake of 400 µg for at least one month before and up to three months after conception is necessary. Since folate has a function in cell division, it is indispensable for the further physical development of the baby as well. In addition, folate has other important functions in the body: it contributes to a normal homocysteine metabolism and the growth of the maternal tissue during pregnancy, supports the immune system and contributes to normal blood formation.

Other B-vitamins such as vitamin B6 and vitamin B12 are important for normal cell division as well and are furthermore required for homocysteine metabolism. Pantothenic acid (another B-vitamin) contributes to normal steroid hormone metabolism. Many of these hormones are sex hormones, playing a major role for reproduction.

Recently, international nutrition experts have also recommended to include choline in preparations for pregnancy and lactation. This compound is a building block of cell membranes (phosphatidylcholine) as well as for a neurotransmitter in the brain (acetylcholine), and thus plays a central role in the development of the unborn child. Not surprisingly, choline demand is significantly increased during pregnancy and breastfeeding, and an undersupply of pregnant women and nursing mothers is unfortunately very common. Choline is also important for healthy homocysteine metabolism and the liver function of the future mother. A deficiency during pregnancy can lead to an increased homocysteine level, which is a well-known risk factor for pregnancy complications.

Coenzyme Q10 is involved in mitochondrial metabolism. There is no other cell in the body with as many mitochondria as an oocyte. This is no surprise, because the mitochondria are the cellular power plants, producing the energy the cells need. And this is quite a lot during pregnancy!

Other micronutrients, such as iron, iodine and antioxidants are vital as well. While iron is essential for the transport of oxygen in the blood, iodine, being a key element of thyroid hormones, is involved in normal thyroid function. Antioxidants such as vitamins C and E can help to protect the cellular DNA, proteins and lipids from oxidative stress. For maximum effect, **Fertilovit® F or 2** contains vitamin C with sustained release.

Safety

During pregnancy, safety of mother and child comes first. For the sake of the baby, cigarettes and alcohol should of course be avoided, but also unnecessary allergens and additives. That's why **Fertilovit® F or 2** is free from lactose, gluten and preservatives. In addition to this, **Fertilovit® F or 2** dispenses with artificial colors - the innovative vegan cellulose capsule is only coloured with a colour extract from the purple carrot.

Well-being

Pregnancy is associated with additional stress for the mother-to-be, which is often reflected in increased fatigue. The vitamins C, riboflavin (vitamin B2), niacin (vitamin B3), pantothenic acid, B6 and B12, as well as magnesium and iron gently contribute to the reduction of

Consumer Information

tiredness and fatigue. Triggered by hormonal changes, nausea and vomiting are other frequent side effects of pregnancy. Vitamin B6 contributes to the regulation of hormonal activity, so that you can feel comfortable during your pregnancy!

Please visit www.fertilovit.com to learn more!

Administration form:

Capsules

Packaging size:

90 capsules, Three month pack

Net quantity:

77.2 g

Ingredients:

Choline bitartrate, magnesium oxide, hydroxypropyl methyl cellulose, L-ascorbic acid, ferrous citrate, coenzyme Q10, nicotinamide, D-alpha-tocopheryl acetate, zinc oxide, calcium-D-pantothenate, carrot concentrate, thiamine hydrochloride, pyridoxine hydrochloride, riboflavin, pteroylmonoglutamic acid, potassium iodide, sodium selenite, D-biotin, cholecalciferol, cyanocobalamin, glazing agent ethyl cellulose.

Supplement facts:

The composition of **Fertilovit® F or 2** corresponds to the special requirements of women planning for pregnancy and during pregnancy and breastfeeding.

	Daily dose (1 capsule)	% NRV*
Vitamin D	20 µg	400
Vitamin E	12 mg	100
Vitamin C	80 mg	100
Vitamin B1	1.1 mg	100
Vitamin B2	1.4 mg	100
Niacin	16 mg	100
Vitamin B6	1.4 mg	100
Folic acid	400 µg	200
Vitamin B12	5.5 µg	220
Biotin	50 µg	100
Pantothenic acid	6 mg	100
Magnesium	100 mg	26
Iron	7.5 mg	54
Zinc	5 mg	50
Selenium	60 µg	109
Iodine	150 µg	100
Choline	140 mg	-
Coenzyme Q10	30 mg	-

*) Nutrient reference values according to EU regulation (EU) 1169/2011.

Fertilovit® F or 2 is free from artificial colours, vegan, gluten-free and lactose-free.

Directions:

For best results, experts recommend to start taking a supplement about three months prior to conception. Please take 1 capsule daily. Swallow whole with plenty of water.

Please read the instructions prior to use. Do not exceed the recommended daily dosage. Store **Fertilovit® F or 2** out of reach of young children. A dietary supplement cannot and must not replace a healthy lifestyle and a balanced diet.

Best-before end:

The best-before date is printed on the packaging.

Made in Germany

Sales and distribution:

Gonadosan Distribution GmbH
Römerstrasse 2
6900 Bregenz
Austria
www.fertilovit.com

ФЕРТИЛОВІТ F or 2

Добавка дієтична для жінок, які планують вагітність, під час вагітності та в період лактації

Дієтична добавка з комплексом вітамінів та мінералів, холіном та коензимом Q10.

- Захист, безпека та здоров'я майбутньої матері та дитини:
- ✓ **Захист:** додаткове споживання фолатів знижує ризик розвитку порушень нервової трубки плода.
 - ✓ **Безпека:** не містить штучні барвники, глютен, лактозу, консерванти, генетично модифіковані речовини та компоненти тваринного походження.
 - ✓ **Здоров'я:** збалансована мікронутрієнтна підтримка майбутньої матері та плода.

Підготовка до вагітності – важлива складова майбутнього материнства. Необхідно пам'ятати, що під час вагітності збільшується потреба у вітамінах, мінералах та мікроелементах. Внаслідок цього зростає ризик виникнення дефіциту мікронутрієнтів, що може становити серйозну загрозу здоров'ю матері та майбутньої дитини. Завчасне запобігання та корекція дефіциту мікронутрієнтів забезпечує значну підтримку здоров'я майбутньої матері та плода.

Фертиловіт F or 2 та його переваги

Фертиловіт F or 2 – спеціально розроблена дієтична добавка до раціону харчування жінок при плануванні та під час вагітності, яка забезпечує збалансовану мікронутрієнтну підтримку організму важливими вітамінами, мікроелементами та мінералами у поєднанні з високими дозами фолієвої кислоти.

Захист

Фолієва кислота (вітамін групи В) вважається важливим вітаміном при плануванні та під час вагітності. Вона необхідна для поділу клітин, а також нормального метаболізму гомоцистеїну, процесів кровотворення та росту материнської тканини. Фолати надходять в організм з їжею. Однак вони дуже чутливі до дії тепла та світла і легко руйнуються під їх впливом. Важлива захисна функція фолієвої кислоти простежується на ранніх термінах вагітності, коли низький рівень фолатів може стати причиною розвитку дефекту нервової трубки плода. Рекомендують щоденно приймати 400 мкг фолієвої кислоти за один місяць до і протягом трьох місяців після запліднення.

Вітаміни В6 та В12 є необхідними для поділу клітин та метаболізму гомоцистеїну. Пантотенова кислота (вітамін В5) сприяє нормальному метаболізму стероїдних гормонів (статевих гормонів), що відіграють важливу роль у репродукції.

Міжнародні експерти з питань харчування також рекомендують включати холін у раціон вагітних та жінок у період лактації. Холін є будівельним елементом клітинних мембран (фосфатидилхолін), а також потрібний для роботи нейромедіатора мозку ацетилхоліну і, таким чином, відіграє центральну роль у розвитку дитини. Холін також важливий для метаболізму гомоцистеїну та функції печінки майбутньої матері. Дефіцит холіну під час вагітності може призвести до підвищення рівня гомоцистеїну, що є добре відомим фактором ризику виникнення ускладнень вагітності.

Кофермент Q10 бере участь у метаболізмі мітохондрій, які виробляють необхідну для клітин енергію. Найбільша кількість мітохондрій міститься в ооцитах.

Залізо транспортує кисень у крові. Йод нормалізує функцію щитовидної залози. Антиоксиданти, як-от вітаміни С і Е, захищають клітинну ДНК, білки та ліпіди від оксидативного стресу. Формула **Фертиловіт F or 2** містить вітамін С з уповільненим вивільненням, що забезпечує тривалий ефект та максимальну захисну дію.

Безпека

Фертиловіт F or 2 не містить лактозу, глютен та консерванти. Фертиловіт F or 2 не містить штучних барвників - інноваційна веганська целюлозна капсула забарвлена лише кольоровим екстрактом з фіолетової моркви.

Здоров'я

Наслідком додаткового навантаження на організм під час вагітності часто є підвищена втома. Вітамін С, рибофлавін (вітамін В2), ніацин (вітамін В3), пантотенова кислота (вітамін В5), вітаміни В6 і В12, а також магній та залізо зменшують прояви втоми у вагітних. Протягом вагітності гормональна система зазнає значних змін, які можуть спричиняти часті побічні ефекти – нудоту та блювання, або так званий токсикоз вагітних. Вітаміни В6 сприяє регуляції гормональної активності, усуваючи у такий спосіб причину токсикозу.

Харчова цінність

Склад **Фертиловіту F or 2** забезпечує спеціальні потреби жінок у мікронутрієнтах при плануванні, під час вагітності та лактації.

Форма випуску

Капсули.

Упаковка

90 капсул. Вага: 77,2 г.

Склад 1 капсули: вітамін Д -20 мкг, вітамін Е- 12 мг, вітамін С-80 мг, вітамін В1-1,1 мг, вітамін В2-1,4 мг, ніацин-16 мг, вітамін В6-1,4 мг, фолієва кислота-400 мкг, вітамін В12-5,5 мкг, біотин- 50 мкг, пантотенова кислота-6 мг, магній – 100 мг, залізо-7,5 мг, цинк – 5 мг, селен-60 мкг, йод- 150 мкг, холін-140 мг, коензим Q10-30 мг.

Інформація для споживача

	Денна доза [1 капсула]	NRV (%) *
Вітамін Д	20 мкг	400
Вітамін Е	12 мг	100
Вітамін С	80 мг	100
Вітамін В1	1,1мг	100
Вітамін В2	1,4 мг	100
Ніацин	16 мг	100
Вітамін В6	1,4 мг	100
Фолієва кислота	400 мкг	200
Вітамін В12	5,5 мкг	220
Біотин	50 мкг	100
Пантотенова кислота	6 мг	100
Магній	100 мг	26
Залізо	7,5 мг	54
Цинк	5 мг	50
Селен	60 мкг	109
Йод	150 мкг	100
Холін	140 мг	-
Коензим Q10	30 мг	-

* цінність поживних речовин відповідно до норм ЄС

Фертиловіт F or 2 не містить штучні барвники, глютен і лактозу.

Спосіб застосування

Рекомендовано починати прийом Фертиловіту F or 2 за три місяці до планованої вагітності, та під час вагітності та в період лактації. Приймати по 1 капсулі на день, запиваючи достатньою кількістю води.

Не слід перевищувати рекомендовану добову дозу. Перед застосуванням необхідно обов'язково проконсультуватися з лікарем. Дієтичні добавки не замінюють повноцінний раціон харчування.

Протипоказання

Індивідуальна чутливість до будь-якого компоненту Фертиловіт F or 2. Не можна вживати дітям.

Умови зберігання

Зберігати в сухому, захищеному від світла місці при температурі не вище 25°C. Зберігати в недоступному для дітей місці.

Кінцева дата споживання [Вжити до:] або дата виробництва (Виготовлено) та номер партії [Серія] вказані на упаковці.

Не є лікарським засобом.

Назва і місцезнаходження виробника. Gonadosan Distribution GmbH, Romerstr.2, 6900 Bregenz, Austria (Австрія), на виробничих площах: BHI-Biohealth International GmbH, Heinrich-With-Str. 13, 95213 Munchberg, Німеччина, тел.: +49(0)92518708720, www.fertilovit.com

Ексклюзивний імпортер в Україні: ТОВ «Клімед Україна». Україна, 04050, м. Київ, вул. Глибочицька, 40у; тел.: + 38 044 228 047 17; <http://kleemed.com.ua>