

# Gebrauchsanweisung



## Schwangerschaft

ab 13. Schwangerschaftswoche bis Stillzeit



## Was in dieser Packungsbeilage steht:

**Schwangerschaft & Stillzeit** >

---

**Was ist Elevit Schwangerschaft?** >

---

**Fötale Entwicklung** >

---

**Plazentawachstum und  
Zelldifferenzierung** >

---

**Immunsystem & Zellschutz** >

---

**Verringerung von Müdigkeit** >

---

**Knochengesundheit** >

---

**Einnahmehinweise** >

---

## Schwangerschaft & Stillzeit

Herzlichen Glückwunsch! Wir wissen, dass eine Schwangerschaft eine ganz besondere, aufregende Zeit für werdende Mütter ist. Wir sind hier, um Sie während dieser besonderen Lebensphase zu begleiten. Zwischen Ihnen und Ihrem ungeborenen Kind besteht eine direkte Verbindung: die Nabelschnur. Über diese können Sie das Wohlergehen Ihres Babys schon jetzt, mit Ihrer eigenen Ernährung, unmittelbar beeinflussen. Selbstverständlich möchten Sie sicherstellen, dass Ihr Baby sämtliche Nährstoffe erhält, die es für die Entwicklung im Mutterleib benötigt.

In den verschiedenen Phasen der Schwangerschaft ändert sich nicht nur Ihr Nährstoffbedarf, sondern auch der Ihres Kindes. Ab Ende des ersten Trimesters (ab der 13. Schwangerschaftswoche) entwickeln sich das Gehirn und die Augen Ihres Babys besonders schnell. Elevit®

Schwangerschaft wurde für die Anwendung während des zweiten und dritten Trimesters der Schwangerschaft bis in die Stillzeit entwickelt Die Kombination aus Fولاتen, Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen und Omega-3-Fettsäuren liefert einen umfangreichen Komplex aus Mikronährstoffen zur Unterstützung der gesunden Entwicklung Ihres Babys.

## Was ist Elevit® Schwangerschaft?

Elevit® Schwangerschaft ist ein umfangreicher Mikronährstoffkomplex aus Fولاتen, Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen und Omega-3-Fettsäuren. Jede Kapsel enthält 200 mg der Omega-3-Fettsäure DHA, die zu einer normalen Entwicklung der Augen und des Gehirns Ihres Babys beiträgt\*\*. Elevit® Schwangerschaft beinhaltet neben Folsäure auch Metafolin®\*, die bioaktive Folatform. Damit alle Frauen ausreichend mit Fولاتen versorgt werden können.

Elevit® Schwangerschaft liefert Ihrem Körper eine Vielzahl an Mikronährstoffen, die während der Schwangerschaft benötigt werden. Jedes der Vitamine, Mineralien, Spurenelemente und Omega-3-Fettsäuren, die in Elevit® Schwangerschaft enthalten sind, unterstützt Sie auf bestimmte Weise während Ihrer Schwangerschaft.



## Fötale Entwicklung

Elevit® Schwangerschaft enthält die Omega-3-Fettsäure Docosahexaensäure (DHA). Die Aufnahme von DHA durch die Mutter trägt zu einer normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei\*\*. Neben DHA ist auch EPA (Eicosapentaensäure) enthalten. Auch EPA gehört zu den mehrfach ungesättigten Fettsäuren, die unser Körper nicht selbst herstellen kann.



## Plazentawachstum und Zelldifferenzierung

Elevit® Schwangerschaft enthält 400µg Folat (Folsäure und Metafolin®\*). Folate spielen eine Rolle bei der Zellteilung und tragen zum Wachstum des mütterlichen Gewebes (z.B. Plazenta) während der Schwangerschaft bei. Folsäure muss im Körper über einen mehrstufigen Prozess in die bioaktive Folatform überführt werden. Diese Umwandlung kann jedoch bei einigen Menschen beeinträchtigt sein. In Elevit® Schwangerschaft ist neben der Folsäure auch die bioaktive Folatform Calcium-L-Methylfolat (Metafolin®\*) enthalten. Die ausgewogene Mischung aus Folsäure und Metafolin®\* in Elevit® trägt dazu bei, dass alle Frauen ausreichend mit Folaten versorgt werden können.



### **Immunsystem & Zellschutz:**

Elevit® enthält Vitamin C, die Vitamine B6 und B12, Kupfer und Folate zur Unterstützung einer normalen Immunfunktion. Das Immunsystem unterstützt den Körper bei der Abwehr von Viren und Bakterien. Gerade in der Schwangerschaft und Stillzeit sollte das Immunsystem gut funktionieren. Vitamin C, Kupfer und Selen sind außerdem Antioxidantien, die dazu beitragen, die Zellen vor oxidativem Stress (reaktive Sauerstoffverbindungen, die Zellstrukturen schädigen können) zu schützen.



### **Verringerung von Müdigkeit**

Eisen und die Vitamine B6 und B12 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Eisen ist an der normalen Bildung von roten Blutkörperchen beteiligt, die für den Sauerstofftransport im Körper benötigt werden.



## Knochengesundheit

Vitamin C unterstützt die Bildung von Kollagen für die normale Funktion von Knochen. Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Finden Sie im Internet unter <https://www.elevit.de> weitere spannende Informationen zu Ihrer Schwangerschaft und Stillzeit.

## Einnahmehinweise

### **Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen und Omega-3-Fettsäuren**

**Einnahme:** nur eine Kapsel täglich mit reichlich Wasser einnehmen.

Sie können Elevit® Schwangerschaft ab dem zweiten Trimester (ab der 13. Schwangerschaftswoche) bis in die Stillzeit anwenden.

Die angegebene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

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

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Trocken und nicht über 25° C lagern. Stoßempfindlich — in Originalpackung aufbewahren.

Laktose- und glutenfrei. Ohne Schweinegelatine

Elevit® Schwangerschaft ist in zwei Packungsgrößen erhältlich: 30 Kapseln (für einen Monat) und 60 Kapseln (für zwei Monate).

## Anmerkungen:

- \* Metafolin® ist eine eingetragene Marke von Merck KGaA, Darmstadt, Deutschland
- \*\* Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesdosis an Omega-3-Fettsäuren (d.h. 250 mg DHA und Eicosapentaensäure (EPA)) täglich 200 mg DHA eingenommen werden.

Bayer Vital GmbH  
51368 Leverkusen