KINDERWUNSCH + FRÜHSCHWANGERSCHAFT 1

GTIN: 4062981005500

1. PRODUKT INFORMATION

1.1 Beschreibung:

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL MIT VITAMINEN UND MINERALSTOFFEN:
LIVSANE Kinderwunsch + Frühschwangerschaft 1 wurde speziell für den erhöhten Nährstoffbedarf von Frauen mit Kinderwunsch und werdenden Müttern im 1. Trimester der Schwangerschaft entwickelt. In dieser wichtigen Lebensphase haben Frauen einen veränderten Bedarf an Nährstoffen, da sie ihr ungeborenes Baby mitversorgen. LIVSANE Kinderwunsch + Frühschwangerschaft 1 unterstützt werdende Mütter und ihre Babys gezielt mit den benötigten Nährstoffen - ab Kinderwunsch bis zum Ende der Frühschwangerschaft.

Gerade im ersten Schwangerschaftsdrittel ist es wichtig, auf eine ausreichende Folat-Versorgung zu achten. Die ergänzende Aufnahme von Folsäure erhöht bei Schwangeren den Folatspiegel. Ein niedriger Folatspiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus.***

LIVSANE Kinderwunsch + Frühschwangerschaft 1 enthält als Folatquelle eine Kombination aus Folsäure und Metafolin®*. Metafolin®* muss vom Körper nicht in die aktive Folatform umgewandelt werden, sondern steht direkt zur Verwertung zur Verfügung. Die Kombination beider Zutaten unterstützt eine ausreichende Folatversorgung auch bei Frauen, bei denen der Umwandlungsprozess von Folat beeinträchtigt ist. Folat (Folsäure und Metafolin®*) hat eine Funktion bei der Zellteilung und trägt zu einer normalen Blutbildung sowie zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei.

Daneben leisten weitere Vitamine und Mineralstoffe in LIVSANE Kinderwunsch + Frühschwangerschaft 1 einen Beitrag für die Gesundheit von Müttern und ihren Babys, wie z. B.:
- Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei.
- Zink trägt zu einer normalen Fruchtbarkeit und einer normalen Reproduktion bei.
- Vitamin B12 trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei.
- Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei.
- Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

- Niacin und Pantothensäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- Selen, Vitamin C und D tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
- Vitamin B2 trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.
- Jod trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei.

*Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Germany.
*** Die positive Wirkung stellt sich bei einer ergänzenden täglichen Aufnahme von 400 µg Folsäure über einen Zeitraum von mindestens einem Monat vor und bis zu drei Monaten nach der Empfängnis ein.

1.2 Produktmerkmale:

- Glutenfrei
- Laktosefrei

1.3 Zutaten:

Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Magnesiumoxid; L-Ascorbinsäure; Eisenfumarat; Maisstärke; DL-α-Tocopherylacetat; Zinkcitrat; Nicotinamid; ganz gehärtetes Palmfett; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Calciumsulfat; Reisstärke; Füllstoff: Hydroxypropylcellulose; Stabilisator: Glycerin; färbendes Apfel-, schwarzes Johannisbeer- und Radieschenkonzentrat; Färbendes Saflor- und Zitronenkonzentrat; Trennmittel: Tricalciumphosphat; Cholecalciferol; Retinylacetat; Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren; Calcium-D-pantothenat; Kupfergluconat; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Cyanocobalamin; Mangansulfat; Pyridoxinhydrochlorid; Natrium Riboflavin-5-phosphat; Thiaminhydrochlorid; Calcium-L-methylfolat; Pteroylmonoglutaminsäure; Kaliumiodid; Natriumselenit; D-Biotin.

1.4 Nährwerte / Nährstoffe:

	Pro Tablette (% NRV*)
Vitamin A	600 µg
Vitamin D3	20 µg (400)
Vitamin E	13 mg α-TE (108)
Vitamin C	105 mg
Vitamin B1	1,3 mg (118)
Vitamin B2	1,4 mg (100)
Niacin	16 mg NE (100)
Vitamin B6	1,8 mg (129)
Folat (50% als Metafolin®*)	800 µg (400)
Vitamin B12	3,5 µg (140)
Biotin	60 µg (120)
Pantothensäure	6 mg (100)
Magnesium	70 mg (19)
Eisen	28 mg (200)
Zink	11 mg (110)
Kupfer	1000 µg (100)
Mangan	1 mg (50)
Selen	45 µg (82)
Jod	150 µg (100)

*% der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr gemäß Lebensmittelinformationsverordnung

1.5 Verzehrsempfehlung:

1 Tablette täglich mit ausreichend Flüssigkeit verzehren. Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

1.6 Aufbewahrungshinweis:

Für kleine Kinder unzugänglich aufbewahren. Trocken, vor Licht geschützt und unter 25 °C lagern.

1.7 Allergene:

Keine deklarationspflichtigen Allergene enthalten.

1.8 Inhalt:

30 Tabletten (Gewicht: 22 g)

1.9 Verantwortliches Unternehmen:

Hergestellt in Deutschland
PXG Pharma GmbH, Pfingstweidstraße 10-12, 68199 Mannheim, Germany.

2. PRODUKT MARKETING

Bitte beachten: Lokal erstelltes Marketingmaterial sollte durch einen lokalen Rechtsberater überprüft werden.

2.1 Zielgruppen:

- Frauen mit Kinderwunsch
- Schwangere Frauen bis zum Ende der 12. Schwangerschaftswoche

2.2 Hauptmerkmale und Nutzen:

Viele schwangere Frauen haben Bedenken, ob ihr Ungeborenes mit ausreichend Vitaminen und Nährstoffen versorgt wird. Das wichtigste ist, dass sich die Mutter während der Schwangerschaft (und auch in der Stillzeit) gesund, ausgewogen und abwechslungsreich ernährt. Das bedeutet: viel Gemüse, Obst, ab und zu Fleisch und Fisch, Vollkornprodukte und wenig Zucker, Fertigprodukte und Fett. Doch auch wenn die werdende Mutter auf eine gute Ernährung achtet, kann es manchmal zu Mangelerscheinungen kommen. In diesem Fall schaffen spezielle Schwangerschaftsvitamine wie LIVSANE Schwangerschaft + Stillzeit 2 Abhilfe. Diese Nahrungsergänzungsmittel, sind speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse der Schwangerschaft und decken den erhöhten Bedarf an Vitaminen, Nährstoffen und Mineralien während Schwangerschaft und Stillzeit.

In vielen Fällen ist es sinnvoll, auf Schwangerschaftsvitamine zurückzugreifen und so eine gesunde Entwicklung des Kindes zu ermöglichen:

- Der stressige Alltag kann dazu führen, dass wir doch öfter als gewollt zu Fertigprodukten greifen.
- Extreme Übelkeit und Erbrechen während der Schwangerschaft können verhindern, dass ausreichend Vitamine und Nährstoffe zum Kind gelangen.
- Manchmal ist der spezielle Bedarf in der Schwangerschaft so hoch, dass er schlichtweg nicht über die Nahrung gedeckt werden kann. Zum Beispiel ist der Mehrbedarf an Eisen oder an Folsäure während der Schwangerschaft um das doppelte höher als sonst.
- Besonders Frauen mit einer vegetarischen oder veganen Ernährung können einen Mehrbedarf beispielsweise an Eisen schwer über die Nahrung decken.

Es gibt einige Schwangerschaftsvitamine, die recht häufig von Gynäkologen empfohlen werden:

Folat: Folat ist ganz am Anfang der Schwangerschaft besonders wichtig. Deshalb wird sie fast allen Schwangeren von Ihrem Arzt vorsorglich empfohlen. Am besten beginnt man bereits ab Kinderwunsch mit der Einnahme da die ersten wichtigen Entwicklungsschritte des Babys bereits zwischen dem 22. und 28. Tag nach der Empfängnis stattfinden: Gehirn und Rückenmark werden angelegt und der Rückenmarkskanals schließt sich. Folat hilft, Fehlbildungen beim Baby vorzubeugen und trägt zur gesunden körperlichen und geistigen Entwicklung bei. Aber auch danach ist eine ausreichende Versorgung wichtig: Folat spielt eine zentrale Rolle, da es zudem die Blutbildung und das Wachstum der Plazenta unterstützt und somit wichtig für die Entwicklung des Kindes während der gesamten Schwangerschaft ist. In der Stillzeit kann das Baby die Folatversorgung unter anderem über die Muttermilch erhalten. Metafolin® ist eine Premium-Folatform, die von nahezu allen Frauen verwertet werden kann.

Eisen: Falls Frauen während der Schwangerschaft unter Eisenmangel leiden, kann sich das durch extreme Müdigkeit und Erschöpfung bemerkbar machen. Besteht der Verdacht, den erhöhten Eisenbedarf nicht decken zu können, sollte mit dem Frauenarzt darüber gesprochen werden. Eisenmangel kann zur Schwangerschaftsanämie (Blutarmut) führen und beeinträchtigt so die Sauerstoffversorgung der Zellen und Organe bei Mutter und Kind.

Jod: Jod ist ein lebenswichtiges Spurenelement. Das ungeborene Baby benötigt es für die Entwicklung der Schilddrüse und des Gehirns. Um den erhöhten Jod-Bedarf während der Schwangerschaft zu decken, sind ein bis zwei Fischmahlzeiten pro Woche empfehlenswert, ebenso wie jodiertes Speisesalz, Milch und Milchprodukte. Da viele Frauen allerdings unter einem Jod-Mangel leiden, wird ihnen oftmals eine zusätzliche Aufnahme von 100 bis 150 µg Jod mittels

Tabletten nahegelegt.

Magnesium: Meistens macht sich ein Magnesium-Mangel gegen Ende der Schwangerschaft mit Wadenkrämpfen bemerkbar. Damit es erst gar nicht soweit kommt, empfiehlt es sich, vermehrt Lebensmittel wie Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Vollkornbrot, Bananen oder Brokkoli bzw. Magnesium in Form von Nahrungsergänzungsmitteln zuzuführen. Magnesium erfüllt viele lebenswichtige Aufgaben: Es weitet Blutgefäße, hilft beim Aufbau von Zähnen und Knochen, entspannt die Muskulatur und optimiert die Sauerstoffversorgung der Zellen. So kann die vermehrte Aufnahme von Magnesium auch frühzeitige Wehen unterbinden, da es die Gebärmuttermuskulatur entspannt.

Vitamin D: Vitamin D übernimmt während der Schwangerschaft eine Vielzahl an Aufgaben und ist wichtig für die gesunde Entwicklung des Ungeborenen. So ist das sogenannte Sonnenvitamin für das Immunsystem verantwortlich, unterstützt den Skelettaufbau und sorgt für den Aufbau des Nervensystems und der Plazenta. Um genug Vitamin D zu sich zu nehmen, gibt es drei Möglichkeiten:

- Viel Bewegung an der frischen Luft, um Sonne zu tanken.
- Gesund ernähren (zum Beispiel mit Fisch, Avocado, Eier)
- Vitamin-D-Präparate einnehmen

Vor allem für Frauen, die in den Wintermonaten schwanger sind, an Übergewicht bzw. Schwangerschaftsdiabetes leiden oder geraucht haben, kann es ratsam sein, Vitamin-D-Präparate einzunehmen.

Vitamin C: Auch der Vitamin-C-Bedarf ist in der Schwangerschaft erhöht. Es ist vor allem in frischem Obst (wie z.B. Zitronen, Orangen, Kiwis) enthalten. Vitamin C ist unter anderem verantwortlich für die kindliche Gehirnentwicklung sowie für den Aufbau des Immunsystems und es kurbelt den Energiestoffwechsel an. Macht sich bei Frauen ein Vitamin-C-Mangel bspw. in Form von Müdigkeit, Abgeschlagenheit, aber auch Zahnfleischbluten oder ständiges kränkeln bemerkbar, empfiehlt der Arzt zusätzlich zu einer gesunden Ernährung häufig ein Nahrungsergänzungsmittel.

Vitamin B: Die verschiedenen B-Vitamine übernehmen in der Schwangerschaft eine Vielzahl an Funktionen:

- Vitamin B1 (Thiamin) ist besonders für den Stoffwechsel, für Herz, Niere und das Nervensystem wichtig und kommt vermehrt in Vollkornprodukten, Kartoffeln, Nüssen. Naturreis, Schweinefleisch und Fisch vor.
- Vitamin B2 (Riboflavin) benötigen Schwangere, damit ausreichend Blutzellen gebildet werden können und sich die Nervenfunktionen entwickeln. Außerdem sorgt Vitamin B2 für gesunde Haut, Haare und Nägel. Der erhöhte Bedarf lässt sich zum Beispiel mit Milchprodukten, Eiern, Vollkornprodukten oder grünem Blattgemüse decken.
- Niacin hilft sowohl bei der Entwicklung einer gesunden Hirnfunktion als auch bei der Bildung des Nervensystems. Um keinen Mangel zu erhalten, empfiehlt es sich, Fleisch, Fisch, Eier und Vollkornprodukte zu sich zu nehmen.
- Vitamin B6 wird für das Immunsystem, die Zellteilung, die Muskeln und das Herz benötigt. Es steckt vor allem in Bananen, Karotten, grünem Gemüse und Fleisch.
- Vitamin B12 ist vor allem für die Entwicklung des Gehirns, die Blutbildung und für das Nervensystem essentiell. Der erhöhte Bedarf in der Schwangerschaft kann vor allem über tierische Produkte wie Fisch, Fleisch und Eier gedeckt werden.

2.3 Health Claims:

Liste der erlaubten Health Claims gemäß der EU-Verordnung 432/2012:

Riboflavin (Vitamin B2):

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei
- trägt zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei

- trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei
- trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

Vitamin B6:
- trägt zu einer normalen Cystein-Synthese bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- trägt zu einem normalen Eiweiß- und Glycogenstoffwechsel bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei

Vitamin C:
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems während und nach intensiver körperlicher Betätigung bei
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße bei
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Knochen
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion des Zahnfleisches bei
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei
- trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Zähne bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zur Regeneration der reduzierten Form von Vitamin E bei
- erhöht die Eisenaufnahme

Pantothensäure
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei

Niacin:
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

Folsäure (Folate):
- trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei
- trägt zu einer normalen Aminosäuresynthese bei
- trägt zu einer normalen Blutbildung bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung
- Die ergänzende Aufnahme von Folsäure erhöht bei Schwangeren den Folatspiegel. Ein

niedriger Folatspiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus.

Biotin:
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haare bei
- trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei

Vitamin B12:
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Magnesium:
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei
- trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Vitamin E:
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

Vitamin A:
- trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei
- trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei
- trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- hat eine Funktion bei der Zellspezialisierung

Vitamin D:
- trägt zu einer normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor bei
- trägt zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei
- trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei
- trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Eisen:
- trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei
- trägt zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei

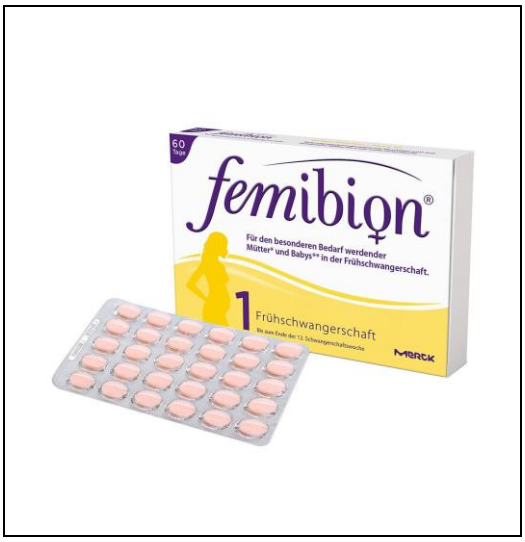
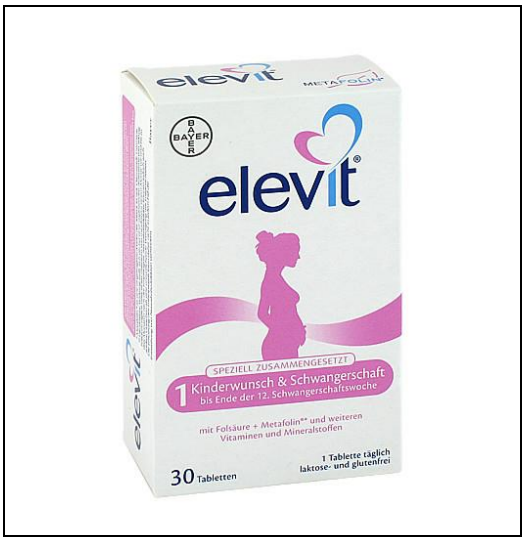
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Zink:
- trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei
- trägt zu einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei
- trägt zu einer normalen DNA-Synthese bei
- trägt zu einer normalen Fruchtbarkeit und einer normalen Reproduktion bei
- trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei
- trägt zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel bei
- trägt zu einem normalen Vitamin-A-Stoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei
- trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haare bei
- trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei
- trägt zur Erhaltung eines normalen Testosteronspiegels im Blut bei
- trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Mangan:
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- trägt zu einer normalen Bindegewebsbildung bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

Kupfer:
- trägt zur Erhaltung von normalem Bindegewebe bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einer normalen Haarpigmentierung bei
- trägt zu einem normalen Eisentransport im Körper bei
- trägt zu einer normalen Hautpigmentierung bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

Jod:
- trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut bei
- trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei

Selen:
- trägt zu einer normalen Spermabildung bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haare bei
- trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

2.4 Wettbewerbsprodukte: