

# Complex Materna

## Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen und Mineralstoffen für schwangere und stillende Frauen

### Complex Materna, Filmtabletten

#### Information für Kundinnen und Kunden

Diese Packungsbeilage enthält zusätzliche Informationen zu Complex Materna. Complex Materna ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen und Mineralstoffen für schwangere und stillende Frauen.

#### Was ist Complex Materna und wann wird es angewendet?

Complex Materna enthält 13 wichtige Vitamine sowie 9 Mineralstoffe, um den erhöhten Bedarf von schwangeren und stillenden Frauen abzudecken und die gesunde Entwicklung des Kindes zu unterstützen.

Folat trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei. Die ergänzende Aufnahme von Folat erhöht bei Schwangeren den Folsäure Spiegel. Ein niedriger Folsäure Spiegel ist bei Schwangeren ein Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus.

Vitamin B6, B12 und Eisen tragen zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei. Eisen hat eine Funktion bei der Zellteilung.

Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei. Kupfer trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

#### Was sollte dazu beachtet werden?

Damit sich eine positive Wirkung betreffend Risikofaktor für die Entstehung von Neuralrohrdefekten beim heranwachsenden Fötus einstellt, müssen Frauen im gebärfähigen Alter über einen Zeitraum von mindestens einem Monat vor und bis zu drei Monaten nach der Empfängnis täglich 400 µg Folsäure einnehmen.

Complex Materna eignet sich nur für schwangere und stillende Frauen. Die Zusammensetzung von Complex Materna ist auf den erhöhten Bedarf von schwangeren und stillenden Frauen abgestimmt. Complex Materna ist ein Nahrungsergänzungsmittel und kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt, Apotheker oder Drogeristen bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogeristin.

Bei bestehender Überempfindlichkeit gegen einen der Bestandteile sollte Complex Materna nicht verwendet werden.

Complex Materna enthält Vitamin K. Patientinnen, die Antikoagulantien einnehmen, sollten vor der Einnahme von Vitamin K-Präparaten ihren Arzt oder ihre Ärztin konsultieren.

#### Wie verwenden Sie Complex Materna?

Die Filmtabletten werden am besten während einer Mahlzeit, bevorzugt zum Frühstück, unzerkaut mit etwas Flüssigkeit eingenommen. Eine Filmtablette pro Tag über die gesamte Dauer von Schwangerschaft und Stillzeit einnehmen. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

#### Was ist in Complex Materna enthalten?

Vitamine	Pro 1 Filmtablette	% NRV*
Vitamin A (als Beta-Carotin)	400 µg (2.4 mg)	50%
Vitamin D	10 µg	200%
Vitamin E	24 mg	200%
Vitamin K	75 µg	100%
Vitamin C	160 mg	200%
Thiamin (Vitamin B1)	2.2 mg	200%
Riboflavin (Vitamin B2)	2.8 mg	200%
Niacin	32 mg	200%
Vitamin B6	2.8 mg	200%
Folsäure	600 µg	300%
Vitamin B12	5 µg	200%
Biotin	100 µg	200%
Pantothensäure	12 mg	200%
<b>Mineralstoffe</b>		
Magnesium	130 mg	35%
Eisen	30 mg	214%
Zink	15 mg	150%
Kupfer	1 mg	100%
Mangan	2 mg	100%
Selen	55 µg	100%
Chrom	40 µg	100%
Molybdän	50 µg	100%
Jod	150 µg	100%

\* % der Nährstoffbezugswerte (nutrient reference values)

#### Zutaten

Füllstoff (mikrokristalline Cellulose), Magnesiumoxid, L-Ascorbinsäure, Füllstoff (Sorbitol), Eisencitrat, DL-alpha-Tocopherylacetat, Trennmittel (pflanzliches Fett (ganz gehärtet Palm; Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren (E 471))), Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose, Hydroxypropylcellulose, Talkum, Triglyceride, Kokosöl, Titandioxid), Nicotinamid, Beta-Carotin, Zinkoxid, Trennmittel (Tricalciumphosphat), Calcium-D-pantothenat, Kupfergluconat, Mangansulfat, Cyanocobalamin, Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren), Cholecalciferol, Riboflavin-5'-phosphat Natrium, Chrom(III)-chlorid, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Phytomenadion, Pteroylglutaminsäure, Kaliumjodat, Natriummolybdat, Natriumselenit, D-Biotin.

Ohne Gluten und Laktose. Ohne Zucker.

#### Was ist ferner zu beachten?

Eine allfällige Verfärbung des Filmüberzugs, verursacht durch die Eigenfarbe der Zutaten, beeinträchtigt die Qualität der Filmtabletten nicht.

Bei Raumtemperatur (15-25°C), vor Licht und Feuchtigkeit geschützt in der Originalverpackung und ausser Reichweite von Kindern aufbewahren.

Die Filmtabletten sind mindestens haltbar bis zu dem auf der Verpackung angegebenen Datum.

#### Wo erhalten Sie Complex Materna? Welche Packungen sind erhältlich?

In Apotheken und Drogerien erhältlich.  
Filmtabletten: Packungen zu 120 Stück.

#### Vertrieb

Axapharm AG, Zugerstrasse 32, CH-6340 Baar.

Hergestellt in Deutschland.

Stand: 02/2019.

## Complément alimentaire avec vitamines et sels minéraux pour les femmes enceintes et allaitantes

### Complex Materna, comprimés pelliculés

#### Information destinée aux clients

Cette notice d'emballage contient des informations supplémentaires sur Complex Materna. Complex Materna est un complément alimentaire avec vitamines et sels minéraux pour les femmes enceintes et allaitantes.

#### Qu'est-ce que Complex Materna et quand est-il utilisé?

Complex Materna contient 13 vitamines importantes ainsi que 9 sels minéraux pour couvrir les besoins accrus des femmes enceintes et allaitantes et pour soutenir un développement normal de l'enfant.

Les folates contribuent à la croissance des tissus maternels durant la grossesse. La supplémentation en folates augmente le statut maternel en folates. Un faible statut en folates chez la mère augmente les risques d'apparition d'anomalies du tube neural chez le fœtus en développement.

La vitamine B6, B12 et le fer contribuent à la formation normale de globules rouges.

Le fer joue un rôle dans le processus de division cellulaire.

Le chrome contribue au maintien d'une glycémie normale.

Le cuivre contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

#### De quoi faut-il aussi tenir compte?

Pour qu'un effet bénéfique concernant le risque d'apparition d'anomalies du tube neural chez le fœtus en développement soit obtenu, les femmes en âge de procréer doivent prendre une dose journalière de 400 µg de folates au moins un mois avant la conception et jusqu'à trois mois après la conception.

Complex Materna est approprié uniquement pour les femmes enceintes et allaitantes.

La composition de Complex Materna est conçue pour répondre aux besoins accrus des femmes enceintes et allaitantes. Complex Materna est un complément alimentaire et ne remplace pas une alimentation variée et équilibrée ni un mode de vie sain. En cas de question veuillez contacter votre médecin, pharmacien ou droguiste.

En cas d'hypersensibilité à l'un des composants vous ne devez pas utiliser Complex Materna. Complex Materna contient de la vitamine K. Il est conseillé aux personnes sous traitement anticoagulant de consulter leur médecin avant de consommer des préparations à base de vitamine K.

#### Comment utiliser Complex Materna?

Les comprimés pelliculés devraient être pris avec le repas, de préférence au petit-déjeuner, et avalés avec du liquide, sans les mâcher.

Prendre un comprimé pelliculé par jour pendant toute la durée de la grossesse et de l'allaitement.

La quantité journalière recommandée ne doit pas être dépassée.

#### Que contient Complex Materna?

Vitamines	Par 1 comprimé pelliculé	% VNR*
Vitamine A (sous forme de bêta-carotène)	400 µg (2.4 mg)	50%
Vitamine D	10 µg	200%
Vitamine E	24 mg	200%
Vitamine K	75 µg	100%
Vitamine C	160 mg	200%
Thiamine (vitamine B1)	2.2 mg	200%
Riboflavine (vitamine B2)	2.8 mg	200%
Niacine	32 mg	300%
Vitamine B6	2.8 mg	200%
Acide folique	600 µg	200%
Vitamine B12	5 µg	200%
Biotine	100 µg	200%
Acide pantothénique	12 mg	200%

Sels minéraux	Par 1 comprimé pelliculé	% VNR*
Magnésium	130 mg	35%
Fer	30 mg	214%
Zinc	15 mg	150%
Cuivre	1 mg	100%
Manganèse	2 mg	100%
Sélénium	55 µg	100%
Chrome	40 µg	100%
Molybdène	50 µg	100%
Iode	150 µg	100%

\* % des valeurs nutritionnelles de référence (VNR)

### Ingrédients

Agent de charge (cellulose microcristalline), oxyde de magnésium, acide L-ascorbique, agent de charge (sorbitol), citrate ferreux, acétate de DL-alpha-tocophérol, antiagglomerant (graisse végétale (totalmente idrogenata, palma; émulsifiant: mono- et diglycérides d'acides gras (E 471))), agent d'enrobage (hydroxypropylméthylcellulose, hydroxypropylcellulose, talc, triglycérides, huile de coco, dioxyde de titane), nicotinamide, bêta-carotène, oxyde de zinc, antiagglomerant (phosphate tricalcique), D-pantothénate de calcium, gluconate de cuivre, sulfate de manganèse, cyanocobalamine, antiagglomerant (sels de magnésium d'acides gras), cholécalférol, riboflavine-5'-phosphate de sodium, chlorure de chrome (III), chlorhydrate de pyridoxine, chlorhydrate de thiamine, phytoméladione, acide pteroylglutamique, iodate de potassium, molybdate de sodium, sélénite de sodium, D-biotine.

Sans gluten ni lactose. Sans sucre.

### À quoi faut-il encore faire attention?

Une coloration éventuelle de la pellicule due à la couleur naturelle des ingrédients n'entraîne pas la qualité des comprimés pelliculés.

Conserver à température ambiante (15-25°C) à l'abri de la lumière et de l'humidité dans l'emballage original et hors de la portée des enfants.

Les comprimés pelliculés sont à consommer de préférence avant la date indiquée sur l'emballage.

### Où obtenez-vous Complex Materna? Quels sont les emballages à disposition sur le marché?

Disponible en pharmacie et en droguerie.

Comprimés pelliculés: Emballages à 120 pièces.

### Distribution

Axapharm SA, Zugerstrasse 32, CH-6340 Baar.

Fabriqué en Allemagne.

État: 02/2019.

## Integratore alimentare con vitamine e sali minerali per le donne in gravidanza e allattamento

### Complex Materna, compresse pellicolate

#### Informazione destinata ai clienti

Questo foglietto illustrativo contiene ulteriori informazioni su Complex Materna. Complex Materna è un integratore alimentare con vitamine e sali minerali per le donne in gravidanza e allattamento.

#### Che cos'è Complex Materna e quando si usa?

Complex Materna contiene 13 vitamine importanti, oltre 9 sali minerali, per soddisfare il fabbisogno delle donne durante la gravidanza e l'allattamento e per sostenere lo sviluppo corretto del bambino.

Il folato contribuisce alla crescita dei tessuti materni in gravidanza. L'assunzione integrativa di folato aumenta lo stato del folato materno. Uno basso stato del folato materno è un fattore di rischio per lo sviluppo di difetti del tubo neurale nel feto.

La vitamina B6, B12 e il ferro contribuiscono alla normale formazione dei globuli rossi.

Il ferro interviene nel processo di divisione delle cellule.

Il cromo contribuisce al mantenimento di livelli normali di glucosio nel sangue.

Il rame contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo.

#### Di che cosa occorre inoltre tener conto?

Perché un effetto benefico sul rischio per lo sviluppo di difetti del tubo neurale nel feto se costituita, le donne in età fertile dovrebbe prendere 400 µg di folato per porzione giornaliera almeno un mese prima e fino a tre mesi dopo il concepimento.

Complex Materna è adatto unicamente per le donne in gravidanza e allattamento. Complex Materna è specificatamente formulato per soddisfare il fabbisogno delle donne du-

rante la gravidanza e l'allattamento. Complex Materna è un integratore alimentare e non deve essere utilizzato in sostituzione di una dieta variata ed equilibrata né di uno stile di vita sano. In caso di domande, chiedi consiglio al tuo medico, al tuo farmacista o al tuo droghiere.

Complex Materna non deve essere assunto in caso di un'ipersensibilità nota ad uno degli ingredienti.

Complex Materna contiene la vitamina K. I pazienti che assumono anticoagulanti devono consultare il loro medico prima di assumere preparati a base di vitamina K.

#### Come usare Complex Materna?

Complex Materna compresse pellicolate si ingeriscono con un po' di liquido, senza masticarle, preferibilmente durante un pasto (preferibilmente con la colazione).

Assumere una compressa pellicolata al giorno durante l'intero periodo della gravidanza e dell'allattamento.

La quantità giornaliera raccomandata non deve essere superata.

#### Cosa contiene Complex Materna?

Vitamine	Per 1 compressa pellicolata	% NRV*
Vitamina A (sotto forme di beta-carotene)	400 µg (2.4 mg)	50%
Vitamina D	10 µg	200%
Vitamina E	24 mg	200%
Vitamina K	75 µg	100%
Vitamina C	160 mg	200%
Tiamina (vitamina B1)	2.2 mg	200%
Riboflavina (vitamina B2)	2.8 mg	200%
Niacina	32 mg	200%
Vitamina B6	2.8 mg	200%
Acido folico	600 µg	300%
Vitamina B12	5 µg	200%
Biotina	100 µg	200%
Acido pantotenico	12 mg	200%

#### Sali minerali

Magnesio	130 mg	35%
Ferro	30 mg	214%
Zinco	15 mg	150%
Rame	1 mg	100%
Manganese	2 mg	100%
Selenio	55 µg	100%
Cromo	40 µg	100%
Molibdeno	50 µg	100%
Iodio	150 µg	100%

\* % dei valori nutritivi di riferimento (nutrient reference values)

### Ingrédients

Agente di carica (cellulosa microcristallina), ossido di magnesio, acido L-ascorbico, agente di carica (sorbitolo), citrato ferroso, DL-alfa-tocoferylacetato, agente antiagglomerante (grasso vegetale (totalmente idrogenato, palma; emulsionante: mono- e digliceridi degli acidi grassi (E 471))), agente di rivestimento (idrossi-propil-metilcellulosa, idrossi-propil-cellulosa, talco, trigliceridi, olio di cocco, biossido di titanio), nicotinamide, beta-carotene, ossido di zinco, agente antiagglomerante (fosfato tricalcico), D-pantotenato calcio, gluconato rameico, solfato di manganese, cianocobalamina, antiagglomerante (sali di magnesio degli acidi grassi), colecalciferolo, riboflavina 5'-fosfato sodio, cloruro di cromo (III), piridossina cloridrato, tiamina cloridrato, fitomenadione, acido pteroilglutammico, iodato di potassio, molibdato di sodio, selenito di sodio, D-biotina.

Senza glutine e lattosio. Senza zucchero.

#### Di che altro occorre tener conto?

L'eventuale alterazione del colore del film di rivestimento, dovuta al colore proprio degli ingredienti, non influisce sulla qualità delle compresse pellicolate.

Conservare a temperatura ambiente (15-25°C) al riparo della luce e dell'umidità nella confezione originale e fuori dalla portata dei bambini.

Le compresse pellicolate sono da consumare preferibilmente entro la data indicata con «À consommer de préférence avant fin:» sul contenitore.

#### Dove è ottenibile Complex Materna? Quali confezioni sono disponibili?

Disponibile in farmacia ed in drogheria.

Compresse pellicolate: confezioni da 120 pezzi.

#### Distribuzione

Axapharm SA, Zugerstrasse 32, CH-6340 Baar.

Fabbricato in Germania.

Aggiornato: 02/2019.

70070p-02

## Complex Family

