

NATAL KAPSELN

Die bedarfsgerechte Nährstoffversorgung des mütterlichen Organismus sollte bereits vor Eintritt der Schwangerschaft überlegt und abgesichert sein. Je komplexer und bedarfsgerechter der mütterliche Organismus mit allen lebensnotwendigen Mikronährstoffen versorgt ist, umso gesünder und komplikationsloser wird die Schwangerschaft für Mutter und Ungeborenes verlaufen. Legte man noch vor wenigen Jahren vorwiegend Wert auf die ausreichende Versorgung mit Eisen, Calcium und Folsäure, wissen wir heute, dass die ernährungsphysiologischen Bedürfnisse für Mutter und Ungeborenes weitaus komplexer sind. Neben den heute bekannten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen kommt vor allem den hochungesättigten Fettsäuren und sogenannten Phospholipiden eine elementare Bedeutung, insbesondere für die Entwicklung des Immun- und Nervensystems, zu. NATAL Kapseln enthalten alle lebensnotwendigen Mikronährstoffe, hochungesättigte Fettsäuren, Phospholipide sowie das wertvolle Stutenmilch-Konzentrat (PANMOL-EQUIMILK).

Folgende wertbestimmende Faktoren sind in einer Tagesdosis (= 3 Kapseln) NATAL MVM* Kapseln enthalten:

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	RDA*
Vitamine:		
Beta Carotin	2 mg	–
Vitamin B1 (Thiamin)	2,2 mg	200 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	2,8 mg	200 %
Vitamin B3 (Niacin)	32 mg	200 %
Vitamin B5 (Pantothensäure)	12 mg	200 %
Vitamin B6 (Pyridoxol)	2,8 mg	200 %
Vitamin B7 (Biotin)	100 mcg	200 %

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 3 Kapseln)	RDA*
Vitamin B9 (Folsäure)	600 mcg	300 %
Vitamin B12 (Cobalamine)	5 mcg	200 %
Vitamin C	120 mg	150 %
Vitamin D3 (Calciferole)	10 mcg	200 %
Vitamin E (Tocopherol)	36 mg	300 %
Vitamin K (Phytomenadion)	75 mcg	100 %
Mineralstoffe:		
Calcium	401 mg	50 %
Magnesium	201 mg	54 %
Spurenelemente:		
Zink	20 mg	200 %
Eisen	20 mg	143 %
Mangan	0,5 mg	25 %
Kupfer	500 mcg	50 %
Jod	150 mcg	100 %
Selen	55 mcg	100 %
Molybdän	50 mcg	100 %
Chrom	40 mcg	100 %

Folgende wertbestimmende Faktoren sind in einer Tagesdosis (= 2 Kapseln) NATAL PFS* Kapseln enthalten:

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 2 Kapseln)	RDA*
Wertbestimmende Faktoren:		
Leinöl	1.000 mg	–
enthält ALA	383 mg	–
Lecithin (Sojalecithin, Pflanzenöl)	500 mg	–
enthält Phospholipide	150 mg	–
Stutenmilch-Konzentrat	500 mg	–

*RDA (Recommended Daily Allowance) = empfohlene tägliche Zufuhrmenge. Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittsanalysen.

Verzehrempfehlung:

NATAL MVM* Kapseln:

Morgens, mittags und abends jeweils 1 Kapsel, unmittelbar vor den Mahlzeiten, mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

NATAL PFS* Kapseln:

Morgens und abends jeweils 1 Kapsel, gemeinsam mit NATAL MVM* Kapseln, mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

*MVM = Multi-Vitamin-Mineral

*PFS = Phospholipid-Fettsäure-Stutenmilch

Quelle: CosmoTerra® Ernährungsberatungs-GmbH