

**Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Jod und DHA**  
**Food supplement with vitamins, iodine and DHA**  
**Complément alimentaire avec vitamines, iode et DHA**

**Verzehrempfehlung:**

1 Filmtablette und 1 Kapsel pro Tag zu einer Mahlzeit mit reichlich Flüssigkeit verzehren.

**Recommended intake:**

1 film-coated tablet and 1 capsule per day to be consumed with a meal and with plenty of liquid.

**Recommandations nutritionnelles:**

Consommer 1 comprimé pelliculé et 1 capsule par jour pendant le repas avec une grande quantité de liquide.



**Inhaltsstoffe**

**Folsäure**

- Schwangere und Stillende haben einen erhöhten Bedarf an Folsäure.
- Folsäure spielt eine Rolle bei der Zellteilung und trägt zu einer normalen Aminosäuresynthese und zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei. <sup>3</sup>

**Jod**

- Jod trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei. <sup>3</sup>
- Während der Schwangerschaft und Stillzeit ist eine ausreichende Versorgung mit Jod für die fetale Entwicklung besonders wichtig. <sup>1,4</sup>

**DHA**

- DHA (Docosahexaensäure) ist eine mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäure, die in Gehirn und Augen angereichert wird.
- DHA unterstützt während der Schwangerschaft und Stillzeit beim Fötus und gestillten Säugling die normale Entwicklung des Gehirns und der Augen.
- Für Schwangere und Stillende wird eine DHA-Supplementierung von 200 mg pro Tag empfohlen. <sup>1,2</sup>

| Nährwert<br>Nutritional value<br>Valeur nutritive         | Pro Filmtablette<br>Per film-coated tablet<br>Par comprimé pelliculé |
|---|--|
| Vitamin C   Vitamine C                                    | 110 mg   |
| Niacin   Niacine  | 15 mg  |
| Vitamin E   Vitamine E                                    | 13 mg  |
| Pantothensäure<br>Pantothenic acid<br>Acide pantothénique | 6 mg   |
| Vitamin B6   Vitamine B6                                  | 1,9 mg   |
| Vitamin B2   Vitamine B2                                  | 1,6 mg   |
| Vitamin B1   Vitamine B1                                  | 1,2 mg   |
| Folsäure   Folic acid  <br>Acide folique                  | 400 µg   |
| Jod   Iodine   Iode                                       | 100 µg   |
| Biotin   Biotine  | 60 µg  |
| Vitamin B12   Vitamine B12                                | 3,5 µg   |

  

| Nährwert<br>Nutritional value<br>Valeur nutritive  | Pro Kapsel<br>Per capsule<br>Par capsule |
|--|--|
| Omega-3-Fettsäuren<br>Omega-3 fatty acids<br>Acides gras oméga-3<br>davon   of which   dont: | 279 mg                                   |
| - Docosahexaensäure (DHA)<br>Docosahexaenoic acid (DHA)<br>Acide docosahexaénoïque (DHA)     | 200 mg                                   |
| - Eicosapentaensäure (EPA)<br>Eicosapentaenoic acid (EPA)<br>Acide éicosapentaénoïque (EPA)  | 41 mg                                    |



# Denk prenatal+DHA

Ab der 13. Schwangerschaftswoche bis zum Ende der Stillzeit  
From the 13th week of pregnancy until the end of breastfeeding  
Dès la 13ème semaine de grossesse jusqu'à la fin de l'allaitement

## Ingredients

### Folic acid

- Pregnant and breastfeeding woman have a higher requirement of folic acid.
- Folate has a role in the process of cell division and contributes to normal amino acid synthesis and to maternal tissue growth during pregnancy.<sup>3</sup>

### Iodine

- Iodine contributes to the normal production of thyroid hormones and normal thyroid function.<sup>3</sup>
- During pregnancy and breastfeeding a sufficient supply with iodine is very important for the foetal development.<sup>1,4</sup>

### DHA

- Docosahexaenoic acid is a polyunsaturated omega-3 fatty acid which is concentrated in brain and eyes.
- DHA contributes to a normal development of foetus eyes and brain during pregnancy and breastfeeding.
- For pregnant and breastfeeding woman a daily supplementation with 200 mg DHA is recommended.<sup>1,2</sup>

## Ingrédients

### Acide folique

- Les femmes enceintes et allaitantes ont besoin d'un apport plus élevé en acide folique.
- Les folates jouent un rôle dans le processus de division cellulaire et contribuent à la synthèse normale des acides aminés et à la croissance des tissus maternels durant la grossesse.<sup>3</sup>

### Iode

- L'iode contribue à la production normale d'hormones thyroïdiennes et à une fonction thyroïdienne normale.<sup>3</sup>
- Pendant la grossesse et l'allaitement, un approvisionnement suffisant en iode est très important pour le développement du fœtus.<sup>1,4</sup>

### DHA

- Docosahexaenoic est un acide gras oméga-3 polyinsaturé qui est concentré dans le cerveau et les yeux.
- Le DHA contribue à un développement normal des yeux et du cerveau du fœtus pendant la grossesse et l'allaitement.
- Pour les femmes enceintes et pendant l'allaitement, un supplément quotidien de 200 mg de DHA est recommandé.<sup>1,2</sup>

- prenatal+DHA Denk ermöglicht eine umfangreiche Versorgung mit DHA, Folsäure und anderen wichtigen Vitaminen.
- Damit ist prenatal+DHA Denk auf den speziellen Nährstoffbedarf werdender und stillender Mütter ausgerichtet und unterstützt die gesunde Entwicklung Ihres Babys.
- Das in prenatal+DHA Denk enthaltene DHA ist ein qualitativ hochwertiges, geruchsneutrales Fischöl, das regelmäßig strengen Qualitätskontrollen unterzogen wird. Da es sich um ein Naturprodukt handelt, sind Farbschwankungen des Fischöls möglich.

- prenatal+DHA Denk provides an extensive supply with DHA, folic acid and other important vitamins.
- prenatal+DHA Denk is therefore tailored to the special nutritional requirements of pregnant and breastfeeding women and supports the healthy development of your baby.
- The DHA contained in prenatal+DHA Denk is a high quality and low in odour fishoil which is regularly subject to continuous quality controls. Since it is a natural product, color fluctuations of the fish oil are possible.

- prenatal+DHA Denk fournit un apport complet en DHA, acide folique et autres vitamines importantes.
- prenatal+DHA Denk est donc adapté aux besoins nutritionnels spécifiques des femmes enceintes et allaitantes et soutient le développement sain de votre bébé.
- Le DHA contenue dans prenatal+DHA Denk est une huile de poisson de haute qualité et à faible odeur, qui est soumise régulièrement à des contrôles de qualité. S'agissant d'un produit naturel, la couleur de l'huile de poisson peut varier.

Denk prenatal



Von Kinderwunsch bis zur 12. Schwangerschaftswoche  
From planning a child until the 12th week of pregnancy  
Dès le désir d'enfant jusqu'à la 12ème semaine de grossesse

#### Quellen | Sources:

- [1] Becher, S., Schmidt, D., Ammann-Gassner, U., Hauner, H. Use of Nutritional Supplement before and during Pregnancy, Ernährungs Umschau 1/11.
- [2] Ryan, AS, Astwood, JD, Gautier S, Kuratko CN, Nelson EB, Salem N Jr. Effects of long-chain polyunsaturated fatty acid supplementation on neurodevelopment in childhood: a review of human studies. Prostaglandins Leukot Essent Fatty Acids 2010 Apr-Jun;82(4-6):305-14.
- [3] EU Register on nutrition and health claims. <http://www.health-claims-verordnung.de/resources/hcvo-verordnungstext-berichtigt.pdf>.
- [4] National Institutes of Health-Iodine Fact Sheet for Health Professionals.