



WAS IST MAMAGYNIAL?

MamaGynial ist eine spezielle vegane Mikronährstoffkombination für alle Frauen, die Mama werden oder werden wollen oder schon ihr Baby stillen. Neben einer ausgewogenen Ernährung ist in dieser Lebensphase eine ergänzende Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen besonders wichtig.

MamaGynial wurde **gemeinsam mit österreichischen Frauenärztinnen, Ernährungsexperten und Mamas entwickelt**, um Frauen in diesen Lebensphasen gezielt zu versorgen. Nur 1 Kapsel MamaGynial täglich deckt Ihren Bedarf an Folsäure (Folat), DHA (Omega-3-Fettsäure), Vitamin D3 und anderen Mikronährstoffen.

WARUM IST FOLSÄURE (FOLAT) SO WICHTIG?

Laut Empfehlung der deutschen Ernährungsgesellschaft sollten Frauen vor und während der Schwangerschaft zusätzlich Folat einnehmen, um Fehlentwicklungen des Rückenmarks und des Nervensystems (z.B. Neuralrohrdefekte) auf Grund von Folsäuremangel vorzubeugen.

Der Körper kann Folsäure nicht selbst herstellen, sondern nur über die Nahrung aufnehmen. Daher ist nach aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen¹ zusätzlich zu einer Folsäure-reichen Ernährung eine tägliche Einnahme von Folat über einen Zeitraum von mindestens 8 Wochen empfehlenswert. Bei Kinderwunsch und in der Frühschwangerschaft sind ausreichende Folat-spiegel besonders wichtig.

¹ „Ausgewählte Fragen und Antworten zu Folat“ DGE, Dez. 2018, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/folat/> (abgerufen 22.01.2025)



MamaGynial Kapseln enthalten Quatrefolic®, ein speziell entwickeltes, biologisch hochaktives Folat, das vom Körper besonders gut aufgenommen werden kann. Mit nur einer Kapsel täglich sind Sie rundum versorgt.

ZUSÄTZLICH WICHTIG ...

... für Mama und Baby ist der Mehrbedarf an der Omega-3-Fettsäure DHA und Vitamin D3. DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion und normaler Sehkraft bei. Vitamin D3 unterstützt die Zellteilung und das Immunsystem.

MAMAGYNIAL IST VEGAN!

- pflanzliche DHA aus Algenöl
- Vitamin D3 100% pflanzlich
- vegane Kapselhülle
- enthält keine Gelatine

WAS STECKT IN MAMAGYNIAL?

AKTIVE FOLSÄURE AUS 100% QUATREFOLIC®

unterstützt die Zellteilung und trägt zu einer normalen Blutbildung und zum Wachstum des mütterlichen Gewebes (v.a. Plazenta, Gebärmutter, Brustgewebe) während der Schwangerschaft bei. Die Einnahme von Folsäure wird daher empfohlen, aber nicht jede Frau kann Folsäure vollständig verwerten. Quatrefolic® ist eine patentierte Premium-Folsäureform, die von nahezu allen Frauen optimal verwertet werden kann.

Sie unterstützt die gesunde Entwicklung des Babys und ergänzt Ihre Ernährung bereits ab Kinderwunsch & in der Schwangerschaft.

DHA AUS ALGENÖL

zählt zu den wichtigsten ungesättigten Fettsäuren in der Schwangerschaft & Stillzeit. Das österreichische Bundesministerium für Gesundheit empfiehlt eine Zufuhr von 200 mg Docosahexaensäure (DHA) pro Tag².

² Österreichisches Bundesministerium für Gesundheit (AGES) Basisliteraturbericht „Ernährung in der Schwangerschaft“ Update 2024 unter: <http://richtigessenvoranfangen.at>

JOD

trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und einer normalen Schilddrüsenfunktion bei.

VITAMIN B1, B2, B6, B12, NIACIN & BIOTIN

tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel & einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

VITAMIN D3

leistet einen Beitrag für die normale Funktion des Immunsystems und der Zellteilung. Die österreichische Ernährungsgesellschaft empfiehlt eine Zufuhr von 20 µg Vitamin D3 pro Tag³.

³ ÖGE „Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit“ unter: <http://oegge.at> (Stand 06/2022)

VITAMIN E

hilft die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

ZINK

unterstützt die Zellteilung und trägt zu einer normalen Fruchtbarkeit und Reproduktion bei.

ZUTATEN

Mikroalgenöl aus Schizochytrium sp. algae (40 % DHA, 0,8 % EPA), pflanzl. Weichkapsel (modifizierte Stärke, Glycerol, Carrageen), Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren; DL-alpha Tocopherol (Vitamin E), Nicotinamid (Niacin), Calcium-D-pantothensäure, Zinkoxid, Cyanocobalamin (Vitamin B12), Trennmittel: Siliciumdioxid; Thiaminhydrochlorid (Vitamin B1), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Riboflavin (Vitamin B2), (6S)-5-Methyltetrahydrofolsäure-Glucosaminsalz (Quatrefolic®), Cholecalciferol (Vitamin D3), Farbstoff: Eisenoxide, -hydroxide; Kaliumjodid, Biotin.

VERZEHREMPFEHLUNG

1 Kapsel täglich mit etwas Flüssigkeit nach einer Mahlzeit verzehren.

BESONDERE HINWEISE

Die angegebene empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie für eine gesunde Lebensweise dar. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

WWW.MAMAGYNIAL.COM

Interessante Beiträge aus dem Leben zu **Tabuthemen in der Schwangerschaft** und viele Infos rund ums Schwanger werden, sein und Stillen erwarten Sie auf www.mamagynial.com - wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Inhaltsstoffe	pro Kapsel	% NRV*
Algenöl	500 mg	-
davon DHA	200 mg	-
davon EPA	4 mg	-
Zink	5 mg	50 %
Jod	150 µg	100 %
Niacin	15 mg	93,7 %
Vitamin E	13 mg	108 %
Pantothensäure	6 mg	100 %
Vitamin B6	1,9 mg	135,7 %
Vitamin B2	1,6 mg	114 %
Vitamin B1	1,4 mg	127 %
Folat (Quatrefolic®**)	600 µg	300 %
Biotin	60 µg	120 %
Vitamin D3 (vegan)	20 µg	400 %
Vitamin B12	3,5 µg	140 %

MAMAS SIND GENIAL!

Mamas sind genial! Wir von Gynial finden, dass der Gesundheit & dem Wohlbefinden der Mamas besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden sollte. Gemeinsam mit Experten und unseren Partnerunternehmen entwickeln wir Innovationen und Lösungen, damit Sie Ihre Weiblichkeit in vollen Zügen genießen können. Unsere Produkte wählen wir sorgfältig nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft aus. Wir sind Gynial - ein österreichisches Gesundheitsunternehmen mit dem Ziel Sie zu begeistern!

* Nutrient reference values (Referenzmengen) laut EU-Verordnung

** Eingetragene Marke von Gnosis

1 NUR 1 KAPSEL TÄGLICH



VEGAN



600 µg FOLSÄURE

QUATREFOLIC® + DHA + VIT D3

GYNIALE PRODUKTTIPPS:

GYNIALACTIV MILCHSÄURE VAGINALZÄPFCHEN⁴

Eine bakterielle Scheideninfektion kann in der Schwangerschaft zu Komplikationen führen. GYNIALACTIV Vaginalzäpfchen mit **Milchsäure** beugen bakterieller Vaginose vor und stellen den normalen pH-Wert in der Vagina wieder her. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



GYNIALACTIV FEUCHTCREME⁴

Die Eigenschaften von GYNIALACTIV Feuchtcreme tragen dazu bei, **Beschwerden bei Scheidentrockenheit** zu **lindern** und unterstützen die Erhaltung eines natürlich sauren pH-Wertes in der Scheide. Die regelmäßige Anwendung kann dazu beitragen, Reizungen und Entzündungen in der Scheide und im Intimbereich vorzubeugen. Die hormonfreie GYNIALACTIV Feuchtcreme kann während der Schwangerschaft oder Stillzeit (ohne Applikator) angewendet werden.



⁴ Frei verkäufliches Medizinprodukt. Beachten Sie die Gebrauchsanweisung und fragen Sie erforderlichenfalls Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. In seltenen Fällen kann es zu lokalen Reaktionen (wie z.B. Juckreiz oder Brennen) kommen. In seltenen Fällen kann eine allergische Hautreaktion (z.B. starke Rötung, Schwellung, Brennen) auftreten.

Gynial GmbH | Umgargasse 37/4/1, 1030 Wien
qm@gynial.com | www.gynial.com |

GI2000-02_1KU | 7FGL00179903