



Kinderwunsch, Gravidität und Stillzeit

Umfangreiche Versorgung mit Mikronährstoffen für Mutter und Kind

Das neue Supplement bei Kinderwunsch, Schwangerschaft und in der Stillzeit – Elevit® gynvital – enthält Folate, Jod und Omega-3-Fettsäuren. Ergänzt wird es mit wichtigen Mineralien, Spurenelementen und Vitaminen, bei denen in der Schwangerschaft ein Mehrbedarf oder eine Tendenz zur Unterversorgung bestehen kann.^{1,2,3} Das Präparat orientiert sich an den aktuellen Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.¹

In Schwangerschaft und Stillzeit besteht ein zum Teil erheblicher Mehrbedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, allen voran Folat, Jod und Eisen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt daher explizit eine Supplementierung von täglich 400 µg Folsäure und 100 bis 150 µg Jod, sowie die Zufuhr von mindestens 200 mg Docosahexaensäure (DHA).¹ Eine Empfehlung, der viele Frauen nicht ausreichend nachkommen – weil Fisch ihnen nicht schmeckt, sie allergisch reagieren oder Vorbehalte wegen einer Belastung mit Schwermetallen haben. Fisch aus konventioneller Aquakultur enthält zudem häufig weniger DHA als die Wildform.

Für eine gute Folatversorgung

Elevit® gynvital, ein Supplement für Frauen mit Kinderwunsch, Schwangere und Stillende, ist eine Weiterentwicklung von Gynvital® gravida, das den Anforderungen an eine umfangreiche Versorgung der Mutter und des Babys mit Mikronährstoffen in dieser Lebensphase noch besser entspricht. Das Präparat enthält pro Kapsel 400 µg Folate, die Hälfte davon als Metafolin®* (200 µg Folsäure und 226 µg Metafolin®). Auch Frauen mit Methylentetrahydrofolat-Reduktase (MTHFR)-Polymorphismus, die Folsäure nur unzureichend in vitaminwirksames Folat metabolisieren, werden dadurch versorgt. Außerdem sind neben den empfohlenen 150 µg Jod pro Kapsel auch 200 mg DHA enthalten.

Elevit® gynvital enthält zudem Vitamin D, denn die Versorgung mit diesem Vitamin ist häufig unzureichend, vor allem im Win-

ter. Das ist bei schwangeren und stillenden Frauen nicht anders. 98% sind in den Wintermonaten nicht ausreichend versorgt, im Sommer ist es immerhin noch knapp die Hälfte.³ Eine gute Vitamin-D-Versorgung ist aber notwendig für die Erhaltung der Knochen und Zähne.

Unverzichtbar: Zink, Selen und Eisen

Die in dem neuen Präparat enthaltenen Mikronährstoffe Zink und Selen leisten einen Beitrag zur ausreichenden Versorgung mit Mineralstoffen. So sollten Frauen während der Schwangerschaft und in der Stillzeit 3 bis 4 mg mehr an Zink pro Tag zu sich nehmen.¹ Das Spurenelement trägt zur Fruchtbarkeit und Fortpflanzungsfähigkeit bei, da ihm eine wichtige Rolle bei der Entwicklung der Eizelle zu einer befruchtungsfähigen Geschlechtszelle zukommt.⁴

Selen ist neben Jod wichtig für die Schilddrüsenfunktion. Generell ist die Versorgung von Selen bei Frauen, die sich vegetarisch oder vegan ernähren, schlechter als normal, da tierische Lebensmittel die zuverlässigste Selenquelle sind. Gemäß den D-A-CH-Referenzwerten¹ besteht in der Stillzeit ein erhöhter Selenbedarf (75 µg/d statt 60 µg/d), dessen Deckung sichergestellt werden muss.

Das neue Supplement unterstützt darüber hinaus die Versorgung der schwangeren und stillenden Frau mit Eisen. Frauen in dieser Lebensphase sollten 20 bis 30 mg Eisen pro Tag zu sich nehmen.¹ Zwei Drittel der Schwangeren nehmen aber weniger als die Hälfte dieser Menge

Elevit® gynvital auf einen Blick

- Das Supplement enthält 400 µg Folate (200 µg Folsäure und 226 µg Metafolin®*), 150 µg Jod, 200 mg Docosahexaensäure (DHA) und Vitamin D.
- Darüber hinaus enthält das Präparat wichtige Vitamine und Spurenelemente wie Eisen, Zink und Selen.
- Umfangreiche Versorgung mit nur einer Kapsel pro Tag.
- Das Präparat ist laktosefrei, glutenfrei, enthält keine Schweinegelatine und schmeckt nicht nach Fisch.

über die Nahrung auf.⁵ Das Vitaminpräparat kann die Eisenversorgung mit einer gut verträglichen Dosis von 14 mg pro Tag verbessern.

Einfache Einnahme – nur eine Kapsel täglich

Neben einer sinnvollen Zusammensetzung an Mikronährstoffen hat Elevit® gynvital weitere Vorteile: Das Präparat ist frei von Laktose und Gluten, enthält keine Schweinegelatine und schmeckt nicht nach Fisch. Und: Es muss täglich nur eine Kapsel eingenommen werden.

Elevit® gynvital ist einfach in der Besprechung und in der Anwendung: Das fördert die Adhärenz. Und die ist letztlich ausschlaggebend für die notwendige umfangreiche Versorgung von Mutter und Kind.

Weitere Infos unter www.elevit.info

Literatur

[1] D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr 2015, www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte; [2] NVSII 2008; [3] Wuertz C et al., *Br J Nutr* 2013; 110: 1895-1902; [4] Kim AM et al., *Nat Chem Biol* 2010; 6: 674-681; [5] Kirschner W et al., *Gynäkologie* 2011; 44: 759-766.

* Metafolin® ist eine eingetragene Marke der Merck KGaA, Darmstadt, Deutschland

Impressum

Herausgeber: GfI. Corporate Media
V. i. S. d. P.: Michael Himmelstoß
Redaktion: GfI. Gesellschaft für medizinische
Information mbH, München
Berichterstattung: Monika Walter
Druck: Vogel Druck, Höchberg
© 2015 GfI

Mit freundlicher Unterstützung der
Bayer Vital GmbH