

# Ferro Optimum

## Alles wat u moet weten over het gebruik van Ferro Optimum

Appelstroop, rood vlees, brood, groenten ... allemaal bronnen van het belangrijke mineraal ijzer! Omdat u door uw sleeve minder van dit alles kunt eten, hebben wij Ferro Optimum ontwikkeld. Daarin zit 28 mg ijzer: exact toegespitst op mensen die een sleeveoperatie hebben ondergaan. Zo krijgt u voldoende ijzer binnen, als aanvulling op uw voeding, om uw geest helder te houden. IJzer kan een gebrek aan energie helpen verminderen, omdat het energie vrij helpt te maken uit voedingsstoffen. We hebben ook koper toegevoegd aan Ferro Optimum. Dat is goed voor het transport van ijzer in uw lichaam.

U slikt Ferro Optimum naast uw WLS Optimum kauwvitamines, beiden als aanvulling op uw voeding. Bij FitForMe vinden we het belangrijk dat u helemaal gezond blijft. Daarom geven wij u Ferro Optimum cadeau als u WLS Optimum Kauwvitamine aanschaft.

## Ferro Optimum bevat per dagdosering (1 tablet)

| Mineralen | Verbinding     | Hoeveelheid | RI*  |
|-----------|----------------|-------------|------|
| IJzer     | Ferro Fumaraat | 28 mg       | 200% |
| Koper     | Kopergluconaat | 1,9 mg      | 190% |

\*RI = referentie- inname volgens Verordening (EU) 1169/2011.

## Ingrediënten

Vulstof (microkristallijn cellulose), mineralen, stabilisator (hydroxypropylcellulose), glansmiddel (hydroxypropylmethyl cellulose, bijenwas, carnaubawas), kleurstof (titanium dioxide), antiklontermiddel (talk), bevochtigmiddel (polysorbaat).

## Allergie informatie

Dit product is vrij van de volgende allergenen: glutenbevattende granen, schaaldieren, eieren, vis, pinda, soja, melk (inclusief lactose), noten, selderij, mosterd, sesamzaad, zwaveldioxide en sulfiet bij concentraties > 10 mg SO<sub>2</sub> per kilo of liter, lupine en weekdieren.

## Aanbevolen dosering

1 tablet per dag. Het tablet met een slokje water innemen, bij voorkeur tussen het ontbijt en de lunch. De aanbevolen dagelijkse dosering niet overschrijden. Dit product is niet geschikt voor kinderen onder de 18 jaar. Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde en evenwichtige voeding, voedingssupplementen zijn hiervoor geen vervanging.

## Inname

Wanneer u ook een calciumsupplement of zuivelproduct gebruikt, dient deze op een ander tijdstip ingenomen te worden dan uw ijzertablet. Tussen de inname van een calciumsupplement of zuivelproduct en een ijzertablet dient minimaal 2 uur te zitten.

## Bewaaradvies

Beneden 25°C op een droge plaats en buiten het zonlicht bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden.

**Heeft u nog vragen?**

Het FitForMe Team staat voor u klaar. Bel ons op telefoonnummer 010 - 223 55 28 of kijk op [www.fitforme.nl](http://www.fitforme.nl) voor deskundig advies, handige tips, lekkere recepten en een luisterend oor!