

# Natalis Pre

专为从计划怀孕到孕期第 12 周的准妈妈设计

非常感谢您选择 SanaExpert Natalis Pre。

多年来 SanaExpert 一直致力于研发生产高质量的营养品。

此说明书提供了产品和成分的重要信息，如果您有任何疑问，请向您信赖的医生或营养师咨询。

SanaExpert Natalis Pre 为计划怀孕到孕期 12 周的女性提供重要的维生素，微量元素，及叶酸。营养及身体机能的强化需要从计划备孕开始，此阶段至关重要。您需要为您和您的宝宝提供优质营养。

营养成分	每天摄入量 每片		%NRV*	每 100g		%NRV*
热量	5,89	kJ		601	kJ	
脂肪	<0.01	g		0.82	g	
-来自饱和脂肪酸	<0.01	g		0.86	g	
碳水化合物	0.05	g		5.3	g	
-来自糖	<0.01	g		0.31	g	
粗纤维	0.11	g		11.4	g	
蛋白质	<0.01	g		0.02	g	
盐**	<0.01	g		0.44	g	
维生素 C	90.0	mg	113	9183	mg	11479
维生素 B1	1.5	mg	136	153	mg	13914
维生素 B2	2.0	mg	143	204	mg	14576
维生素 B12	3.5	µg	140	357	µg	14285
维生素 B6	2.0	mg	142	204	mg	14577
维生素 E	13.0	mg	108	1326	mg	11054
烟酸	20.0	mg	125	2040	mg	12755
生物素	70.0	µg	140	7142	µg	14285
泛酸	6.0	mg	100	612	mg	10204
叶酸***	800	µg	400	81656	µg	40827
维生素 D	20.0	µg	400	2040	µg	40816
钙	120	mg	15	12245	mg	1530
镁	151	mg	40	15418	mg	4111
铁	14.9	mg	107	1530	mg	10932
锌	12.0	mg	120	1228	mg	12280
铜	1.0	mg	100	102	mg	10204
硒	60.0	µg	109	6122	µg	11131

碘	150.0	µg	100	15305	µg	10203
锰	2.5	mg	125	255	mg	12755
铬	50.0	µg	125	5101	µg	12754
<p>*营养摄入量百分比依据欧盟法规 1169/2011  **盐含量仅指天然存在的钠盐含量  ***其中含 400 µg 叶酸及 416 µg 专利成分 Quatrefolic® (相当于 400µg 叶酸)</p>						

每盒 30 粒

每日 1 粒，使用温水随正餐送服。

产品请保存于阴凉干燥处，请置于儿童接触不到的地方。

### 什么是 SanaExpert Natalis Pre ?

SanaExpert Natalis Pre 是针对从计划怀孕开始到孕期 12 周女性设计的营养补充剂。产品包含备孕期所需的重要维生素，矿物质，及微量元素，特别是叶酸。SanaExpert Natalis Pre 创新采用专利叶酸成分 Quatrefolic®，Quatrefolic®是(6S)-5-甲基四氢叶酸氨基葡萄糖盐，比传统叶酸有更高的生物利用度，氨基葡萄糖盐是天然存于体内的化合物，保证了成分安全和高品质的稳定。SanaExpert Natalis Pre 独特配方含有 800 微克叶酸成分，其中含 400 微克叶酸和 416 微克专利成分 Quatrefolic®。

### 我应该服用 SanaExpert Natalis Pre 多长时间？

丰富而均衡的营养对妈妈来说至关重要，特别是孕期的头 6 到 8 周，是胎儿器官发育的关键。然而，很多妈妈在这段时间还没发现自己已经怀孕。因此，您需要在计划怀孕起，到孕期第 12 周，服用 SanaExpert Natalis Pre，为怀孕做好充足准备。

### Quatrefolic®的独特之处

叶酸在细胞分裂和孕期母体组织生长中起到关键作用。通过摄入叶酸营养补充剂可以提供孕期女性体内叶酸水平。叶酸水平过低是引致胎儿神经管发育缺陷，甚至畸形的主要因素。因此，备孕及怀孕女性，需要及时补充叶酸。SanaExpert Natalis Pre 含有获得多项专利的第四代叶酸成分 Quatrefolic®。该成分比以往叶酸成分有更高生物利用率，为孕期女性提供更安全，天然，更有效吸收的叶酸。

### SanaExpert Natalis Pre 产品特性

- 有助提高备孕女性体内叶酸水平。
- 含铁，有助红细胞正常形成。
- 锰有助结缔组织的健康合成。

- 铬有助维持正常的血糖水平。
- 维生素 D 维持正常的免疫功能。

## 如何能提高受孕机会？

您和您伴侣的身体健康和营养水平在备孕过程中发挥同样重要的作用。体重过轻，超重，缺乏锻炼，不健康的饮食习惯等，都会影响受孕。

对于提高受孕率和精子质量的几点建议：

- 停止抽烟
- 减少饮酒
- 确保适量和有规律的运动
- 保持心境开朗

有备孕计划的准爸爸建议服用 SanaExpert VitaFertil 男性备孕营养素，为您提供优质全面的营养。详情请查看 [www.vitafertil.de](http://www.vitafertil.de)，或咨询您的营养师。

如果您想了解更多 SanaExpert Natalis Pre 或其他 SanaExpert 的产品信息，欢迎与我们联系，我们专业的营养顾问随时乐意为您提供建议。

德国客户服务热线：+49 (0)89 550 547 334  
或浏览官方网站：[www.sanaexpert.de](http://www.sanaexpert.de).

## 其他孕期营养建议

怀孕期间，身体对铁和镁元素的需求会额外增加。需要注意在日常饮食中增加铁和镁的吸收，如有需要，请在营养师或医生的指导下，服用营养补充剂增强营养，并注意不要超过每日建议摄取剂量。营养补充剂不可代替日常均衡饮食。此外应注意保持健康规律的生活习惯。

## 什么时候应该从 Natalis Pre 转用 Natalis？

SanaExpert Natalis Pre 及 Natalis 套装组合全方位照顾了您从备孕到哺乳的营养需求。Natalis Pre 含有 2 种叶酸成分（专利叶酸 Quatrefolic® 416µg 及叶酸 400µg）及多种维生素矿物质，专为备孕阶段的女性设计。从怀孕 13 周起，我们建议您开始服用 Natalis 叶酸鱼油套装。Natalis 叶酸鱼油套装含有 400µg 叶酸和 700mg DHA，及多种维生素矿物质，适合怀孕到哺乳期结束。