

# Nausema®

Sie sind schwanger und freuen sich auf Ihr Kind? Dann wird die Freude umso größer sein, je wohler Sie sich fühlen und Ihr Leben trotz einiger anfänglicher körperlicher und seelischer Umstellungen genießen können.

**Nausema®** hilft Ihnen, dass Sie diese Veränderungen gut verkraften. Die B-Vitamine, die in Nausema enthalten sind, unterstützen Sie dabei. Denn sie haben folgende Eigenschaften:

**Vitamin B<sub>6</sub>** trägt dazu bei, dass die Hormontätigkeit reguliert wird. Das ist besonders für die Anfangsphase der Schwangerschaft von Bedeutung, denn hier findet ein großer Umbau der Hormone mit zum Teil überschießender Hormonproduktion statt. Dadurch werden die meisten der anfänglichen Beschwerden verursacht.

**Vitamin B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub>** helfen, dass das Immunsystem normal funktioniert. Gerade für Schwangere ist es wichtig, über ein gutes Immunsystem zu verfügen. Außerdem unterstützen sie die normale Bildung der roten Blutkörperchen. Davon profitieren Schwangere ganz besonders, da ihre Blutmenge im Laufe der Schwangerschaft bis zu 50 % zunimmt.

Die beiden Vitamine haben einen weiteren positiven Effekt: Sie wirken mit, wenn es darum geht, Müdigkeit zu verringern.

**Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub>** tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Darüber hinaus unterstützt das Vitamin-Trio die normalen Funktionen des Nervensystems.

#### Vorkommen der Vitamine

**Vitamin B<sub>1</sub>** (Thiamin): in Fisch, Fleisch, Hülsenfrüchten, Getreide und Nüssen

**Vitamin B<sub>6</sub>** (Pyridoxin): in Fisch, Fleisch, Obst, Gemüse, Getreide, Milch und Käse

**Vitamin B<sub>12</sub>** (Cobalamin): in Fleisch und Fisch; geringere Mengen in Milch und Eiern

In **Nausema®** sind die angeführten Vitamine auf die Bedürfnisse von schwangeren Frauen abgestimmt. Mit drei Mini-Dragees über den Tag verteilt ergänzen Sie optimal Ihre Ernährung mit diesen wichtigen B-Vitaminen.

Damit helfen Sie Ihrem Körper, sich leichter an die neuen Anforderungen in der Schwangerschaft anzupassen und unterstützen so Ihr Wohlbefinden.

#### Hinweis

**Nausema®** kann zusammen mit den Produkten der **Folio®-Familie** eingenommen werden.

#### Verzehrempfehlung

Nehmen Sie 3 x täglich ein Mini-Dragee unzerkaut mit etwas Flüssigkeit zu den Mahlzeiten ein.

#### Packungsgröße

Eine Packung **Nausema®** enthält 60 Dragees.

#### Aufbewahrung

Bitte lagern Sie die Dragees nicht über 25 °C und achten Sie darauf, dass sie nicht in die Hände von kleinen Kindern gelangen.

Die **Mini-Dragees** sind **glutenfrei** sowie **frei von Laktose**, Konservierungsmitteln, tierischen Bestandteilen, Farb- und Aromastoffen.

#### Zutaten

Füllstoff: Cellulose; Saccharose; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B<sub>6</sub>); Trennmittel: Talkum; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Thiaminmononitrat (Vitamin B<sub>1</sub>); Trennmittel: Siliciumdioxid; Glucosesirup; Überzugsmittel: Gummi arabicum; Füllstoff: Calciumcarbonat; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (pflanzlich); Überzugsmittel: Stearinsäure, Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren; Cyanocobalamin (Vitamin B<sub>12</sub>)

Nahrungsergänzungsmittel.

**Hergestellt in Deutschland.**  
**Erhältlich in allen Apotheken.**

Nährstoffe	pro Dragee	pro Tagesportion	% RM*
Vitamin B <sub>6</sub>	7 mg	21 mg	1.500
Vitamin B <sub>1</sub>	2 mg	6 mg	545
Vitamin B <sub>12</sub>	4 µg	12 µg	480

\* Referenzmenge gemäß LMIV

Weitere Produktinformationen, Infos zur Ernährung und Tipps gegen Übelkeit sowie kostenlose Serviceangebote finden Sie auf [nausema.de](http://nausema.de).

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Schwangerschaft!

SteriPharm GmbH & Co. KG  
Podbielskiallee 68, D-14195 Berlin  
Fax: +49 (0)30 844 15 94 50  
info@steripharm.de

**SteriPharm**  
Mehr Leben



**Folio® forte**

Phase 1

ab Kinderwunsch



**Nausema®**

Für das Wohlbefinden in der Schwangerschaft

Phase 2

ab der 13. Schwangerschaftswoche



**Folio®**

– beide Folio®-Produkte auch jodfrei erhältlich –

bis zum Ende der Stillzeit