

**PreMama duo, tablete + meke kapsule, dodatak prehrani  
za žene koje planiraju trudnoću, trudnice i dojilje  
Qutrefolic® aktivna forma folne kiseline - folat**

**PreMama duo** je multivitaminski i multimineralni proizvod namijenjen upotrebi prije začeća, tokom trudnoće i dojenja. Dvojno pakiranje sastoji se od tableta koje sadrže 11 vitamina i 10 minerala te kapsula sa omega-3 masnim kiselinama koje su bitne kako za majku tako i za bebu.

Dokozaheksanoična kiselina (DHA) tokom trudnoće i dojenja doprinosi normalnom razvoju mozga, te očiju ploda i dojenčeta. Koristan efekat se postiže dnevnim unosom 200 mg DHA uz preporučeni dnevni unos omega-3 masnih kiselina za odrasle, npr. 250 mg DHA i eikosapentaenska kiselina (EPA).

**Sastav:**

| <b>Tablete PreMama duo</b>                        | <b>1 tableta (1,265 g)</b> | <b>100 g proizvoda</b> | <b>PDU*<br/>(1 tableta)</b> |
|---------------------------------------------------|----------------------------|------------------------|-----------------------------|
| Kalcijum (kalcijumove soli ortofosforne kiseline) | 200 mg                     | 15 810,27 mg           | 25%                         |
| Vitamin C (L-askorbinska kiselina)                | 85 mg                      | 6 719,36 mg            | 106%                        |
| Magnezijum (magnezijum oksid)                     | 56,25 mg                   | 4 446,64 mg            | 15%                         |
| Niacin (vitamin PP, nikotinamid)                  | 18 mg                      | 1 422,92 mg            | 113%                        |
| Vitamin E (DL- $\alpha$ -tokoferil-acetat)        | 15 mg                      | 1 185,77 mg            | 125%                        |
| Željezo (željezo-fumarat)                         | 15 mg                      | 1 185,77 mg            | 107%                        |
| Pantotenska kiselina (kalcijev-D-pantotenat)      | 6 mg                       | 474,30 mg              | 100%                        |
| Cink (cinkov oksid)                               | 5 mg                       | 395,25 mg              | 50%                         |
| Mangan (mangan-karbonat)                          | 2 mg                       | 158,10 mg              | 100%                        |
| Vitamin B <sub>6</sub> (piridoksin-hidroklorid)   | 1,9 mg                     | 150,19 mg              | 136%                        |
| Vitamin B <sub>1</sub> (tiamin-mononitrat)        | 1,4 mg                     | 110,67 mg              | 127%                        |
| Vitamin B <sub>2</sub> (riboflavin)               | 1,4 mg                     | 110,67 mg              | 100%                        |
| Bakar (bakar-citrat)                              | 1 mg                       | 79,05 mg               | 100%                        |
| Folati (5MTHF- glukozamin )                       | 400 µg                     | 31 620,55 µg           | 200%                        |
| Jod (kalijum-jodid)                               | 150 µg                     | 11 857,70 µg           | 100 %                       |
| Selen (natrijum -selenit)                         | 60 µg                      | 4 743,08 µg            | 109%                        |
| Molibden (amonijum-molibdat)                      | 50 µg                      | 3 952,56 µg            | 100%                        |
| Biotin (D-biotin)                                 | 30 µg                      | 2 371,54 µg            | 60%                         |
| Hrom (hrom-hlorid)                                | 30µg                       | 2 371,54 µg            | 75%                         |
| Vitamin D (holekalciferol)                        | 10 µg                      | 790,51 µg              | 200%                        |
| Vitamin B <sub>12</sub> (cijanokobalamin)         | 2,6 µg                     | 205,53 µg              | 104%                        |

\*PDU – preporučeni dnevni unos

Ostali sastojci/tableta: *sredstva za zgušnjavanje*: mikrokristalna celuloza; *sredstvo za uglašavanje*: hidroksipropilmetil celuloza; maltodekstrin, *sredstva protiv zgrušavanja*: magnezijum stearat,

polietilen glikol, silicijum dioksid, *boja*: kalcijum karbonat, *sredstvo protiv zgrušavanja*: stearinska kiselina, *boja*: crveni oksid željeza (E172).

| Kapsule PreMama duo               | 1 kapsula (0,66 g) | 100 g proizvoda | PDU*<br>(1 kapsula) |
|-----------------------------------|--------------------|-----------------|---------------------|
| Riblje ulje                       | 445 mg             | 67 424,24 mg    | /                   |
| DHA (dokozaheksanoična kiselina)  | 200 mg             | 30 303,03 mg    | /                   |
| EPA (eikozapentaenoična kiselina) | 43 mg              | 6 515,15 mg     | /                   |
| Vitamin E (D-alfa-tokoferol)      | 3,3 mg             | 500 mg          | 27,5 %              |

PDU\*- preporučeni dnevni unos

Ostali sastojci/kapsula: želatina; *stabilizator*: glicerol E422.

## DJELOVANJE

**Tablete PreMama duo** posebno su izrađene i balansirane kako bi osigurale potrebnu količinu folata (400 µg) zajedno sa ostalim vitaminima i mineralima u svim fazama trudnoće, da bi se zadovoljile povećane potrebe organizma:

- ✓ Suplementarni unos **folne kiseline** povećava maternalni status folata u tijelu. Nizak maternalni status folata u tijelu je faktor rizika za nastanak fetalnih defekata neuralne cijevi. Korisni efekat se postiže suplementarnim dnevnim unosom **folne kiseline** od 400 µg najmanje mjesec dana prije i do tri mjeseca nakon začeća.
- ✓ Unos **dokosaheksaenske kiseline (DHA)** tokom trudnoće i dojenja doprinosi normalnom razvoju oka i mozga fetusa i dojenčadi. Korisni efekat se postiže dodatnim unosom 200 mg **DHA** dnevno uz preporučeni dnevni unos omega-3 masnih kiselina za odrasle , npr. 250 mg DHA i eikosapentaenska kiselina (EPA).
- ✓ **Vitamin D** doprinosi normalnoj apsorpciji/iskoristljivosti kalcijuma i fosfora te normalnom nivou kalcijuma u krvi, i održavanju normalnih kostiju i zuba.
- ✓ **Željezo** doprinosi normalnoj kognitivnoj funkciji, normalnom stvaranju crvenih krvnih zrnaca i hemoglobina, te normalnom prenosu kiseonika u tijelu. **Željezo** doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti.
- ✓ **Kalcij** je potreban za održanje normalnih kostiju i zuba.
- ✓ **Vitamin B<sub>12</sub>** doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina, normalnom stvaranju crvenih krvnih zrnaca i ima ulogu u procesu ćelijske diobe.
- ✓ **Vitamin C** doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju kože. Vitamin C povećava apsorpciju željeza.
- ✓ **Jod** doprinosi normalnoj kognitivnoj funkciji, normalnoj proizvodnji tiroidnih hormona i normalnoj funkciji štitne žlijezde.
- ✓ **Cink** i **selen** doprinose održanju normalne kose i noktiju.

Kapsule omega-3 sadrže riblje ulje koje je bogat izvor dokozaheksanoične kiseline (DHA).

- ✓ **DHA** doprinosi normalnom razvoju mozga te očiju ploda i dojenčeta.

## UPOTREBA

Tablete i kapsule Premama Duo su dodatak prehrani, koji svojim sastavom omogućavaju zadovoljenje povećanih potreba ženskog tijela za unosom vitamina, minerala i DHK prije začeća, tokom trudnoće i dojenja.

## DOZIRANJE I NAČIN PRIMJENE

Ženama koje planiraju trudnoću, trudnicama i dojiljama preporučuje se po jedna tableta i jedna kapsula dnevno, uz malo tečnosti, nakon obroka. Preporučena dnevna količina, tj doza, ne smije se prekoračiti.

**MJERE OPREZA**

Tablete i kapsule Premama Duo ne treba koristiti u slučaju preosjetljivosti na neki od sastojaka.

**Nemojte prekoračiti preporučenu dozu.**

**Proizvod se ne može koristiti kao zamjena za uravnoteženu prehranu.**

**Lica koja uzimaju lijekove treba da se prije uzimanja posavjetuju sa ljekarom ili farmaceutom.**

**PAKOVANJE**

Kartonska kutija sadrži 30 tableta (3 blistera), 30 kapsula (2 blistera) i uputstvo za upotrebu.

Neto količina: 57,75 g (30 tableta, svaka od 1,265 g; 30 kapsula svaka od 0,66 g)

**ROK UPOTREBE**

Dvije (2) godine.

**NAČIN ČUVANJA**

Dodatak prehrani čuvati na temperaturi od 15° do 25°C, zaštićen od vlage i svjetlosti.

**Čuvati van domašaja djece!**

**Federalno ministarstvo zdravstva broj:** 04-33-5732/21-DP od 30.11.2021. godine

**Upisano u registar, Rješenjem MZSZ Republike Srpske broj:** 11/08-500.4-83/20 od 22.05.2020. godine.

**Proizvođač:**

EuroPharma Alliance Sp. z o.o., Poljska  
za ALKALOID AD Skopje

Bul. Aleksandar Makedonski 12

1000 Skopje, Republika Sjeverna Makedonija

**Zemlja podrijetla:** Poljska, EU

**Uvoznici:**

VELFARM D.O.O Zlatnih Ljiljana 77, 75320 Gračanica BiH; ZEFARM Goraždanska bb 72000 Zenica BiH;  
FARMAVITA-PP Igmanska 5A, Vogošća 71000 Sarajevo BiH; PHOENIX d.o.o Stefana Dečanskog bb  
76300 Bijeljina BiH; MGM FARM 311 Lahke Brigade 72240 Kakanj BiH; INTERPROMET KULSKA OBALA  
BB 79220 Novi Grad BiH; TUZLA FARM DOO Rudarska 71 75000 Tuzla BiH