



SiderAL® Eisen FORTE

SiderAL® Eisen FORTE



Nahrungsergänzungsmittel mit sucrosomalem® Eisen & Vitamin C

- 30 mg Eisen
- Hohe Bioverfügbarkeit
- Sehr gut verträglich
- Nur 1 Sachet täglich
- Einfache Anwendung ohne Wasser
- Vegan, laktose- und glutenfrei
- Mit Zitrusfrucht-Geschmack
- Besonders für Schwangere geeignet

Effektive Versorgung mit Eisen & Vitamin C

Eisen ist ein wichtiges Spurenelement, das an zahlreichen Prozessen im Körper beteiligt ist. Es trägt unter anderem zur normalen Bildung roter Blutkörperchen und Hämoglobin, einem normalen Sauerstofftransport und Energiestoffwechsel und der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Da der Körper selbst kein Eisen produzieren kann, muss es über die Nahrung aufgenommen werden. In bestimmten Situationen und Lebensphasen kann ein erhöhter Eisenbedarf bestehen. Lässt sich dieser über eine angepasste Ernährung nicht ausreichend decken, kann der Verzehr eines Nahrungsergänzungsmittels eine sinnvolle Maßnahme sein.

SiderAL® FORTE wurde speziell für die Anwendung in der Schwangerschaft entwickelt. Das Nahrungsergänzungsmittel enthält 30 mg Eisen, um den erhöhten Bedarf ab dem 2. Schwangerschaftstrimester zuverlässig abzudecken. Das Präparat ist sehr gut verträglich. Aufgrund der speziellen patentierten sucrosomalen® Formulierung wird das Eisen direkt vom Darm aufgenommen, Reizungen im Magen-Darm-Trakt können so vermieden werden. Das enthaltene Vitamin C trägt zudem dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Hohe Bioverfügbarkeit & sehr gute Verträglichkeit

Im Vergleich zu herkömmlichem oralen und meist zweiwertigen Eisen enthält **SiderAL® FORTE** dreiwertiges Eisen in einer sucrosomalen® Hülle. Dadurch wird eine hohe Resorptionsrate und Bioverfügbarkeit gewährleistet. Das Präparat passiert den Magen unverändert und wird über die Darmzellen und das Darm-Immunsystem aufgenommen und direkt in die Leber transportiert. Durch Eisen bedingte Irritationen im Magen-Darm-Trakt oder eine Schwarzfärbung des Stuhls bleiben somit praktisch aus. Zudem wird dank der innovativen Schutzhülle der ansonsten bei Eisenpräparaten oft typische metallische Nachgeschmack bei der Einnahme vermieden.

Zur Erhöhung des Eisenspiegels ist der Verzehr von nur 1 Sachet täglich notwendig. Die Einnahme kann unabhängig von Tageszeit und Mahlzeiten erfolgen und funktioniert ganz einfach ohne Wasser.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

Soweit ärztlich nicht anders verordnet, nehmen Sie täglich 1 Sachet **SiderAL® FORTE** zu jeder beliebigen Tageszeit – unabhängig von den Mahlzeiten – ein. Dabei den Inhalt des Sachets direkt im Mund auflösen und schlucken, für die Einnahme ist kein Wasser notwendig.

Die empfohlene Tagesdosis von 1 Sachet darf nicht überschritten werden.

HINWEIS: Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Um das Risiko einer möglichen Eisenüberdosierung zu vermeiden, sollten zusätzlich keine anderen Eisenpräparate eingenommen werden.



EISENMANGEL

Ein Eisenmangel kann sich mit verschiedenen Beschwerden wie Müdigkeit und Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, innerer Unruhe und Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen und Kopfschmerzen bemerkbar machen. Typische Symptome sind zudem Haarausfall, blasse Haut und brüchige Nägel, eine erhöhte Infektanfälligkeit, Herzklopfen und erhöhter Puls. Besteht der Eisenmangel über längere Zeit unbehandelt, können sich die Symptome verstärken und chronische Erschöpfung und Antriebslosigkeit (Fatigue), Restless Legs Syndrom, Kurzatmigkeit oder Atemnot und schlimmstenfalls Blutarmut (Eisenmangelanämie) zur Folge haben.



ERHÖHTER EISENBEDARF IN DER SCHWANGERSCHAFT

Einen sehr hohen Eisenbedarf haben Schwangere ab dem 2. Trimester aufgrund des größeren Blutvolumens, das zur Bildung der Plazenta und Versorgung des Kindes benötigt wird. Dem Körper ausreichend Eisen zuzuführen, ist jetzt besonders wichtig. Bei einer Eisenmangelanämie besteht ein erhöhtes Risiko für ein geringeres Geburtsgewicht und Wachstumsverzögerungen beim Säugling sowie Frühgeburten. Mit **SiderAL® FORTE** lässt sich der erhöhte Eisenbedarf ausgleichen und einem Eisenmangel in der Schwangerschaft gezielt vorbeugen. Das Präparat ist sehr gut verträglich und einfach einzunehmen.



EMPFOHLENE EISENKONZENTRATION

Die zugeführte Menge an Eisen sollte dem tatsächlich notwendigen Bedarf angepasst sein. Dieser variiert je nach Alter, Geschlecht und Lebensphase, weshalb er in der Wachstumsphase, in der Schwangerschaft und allgemein bei Frauen für gewöhnlich höher ausfällt. Auch stillende Mütter benötigen in der Regel eine höhere Dosis von Eisen. Bei einem hohen Eisenmangel, wie er in einer Schwangerschaft auftritt, bietet sich die Einnahme von 30mg Eisen an. 14mg eignen sich besonders zum Ausgleich des erhöhten Eisenbedarfs bei Sportlern, Frauen und Stillenden.

HÄUFIGE FRAGEN & ANTWORTEN

In welchen Lebensmitteln ist besonders viel Eisen enthalten?

Die Ernährung ist der beste Lieferant für Eisen. Das wichtige Spurenelement ist sowohl in tierischen wie pflanzlichen Lebensmitteln enthalten.

Eisen aus tierischer Nahrung kann vom Körper direkt verwertet werden. Gute Eisenquellen sind z. B. Leber, Rindfleisch und Geflügel, Schweine- und Kalbfleisch sowie Austern, Thunfisch und Lachs.

Zu guten Eisenlieferanten pflanzlichen Ursprungs zählen Hülsenfrüchte, Nüsse, Pilze, Weizenkleie, getrocknete Aprikosen und Heidelbeeren.

Ist SiderAL® FORTE auch für Jugendliche in der Wachstumsphase geeignet?

Die Dosierung von **SiderAL® FORTE** ist speziell auf den erhöhten Eisenbedarf von schwangeren Frauen abgestimmt. Für Jugendliche, bei denen besonders im Alter zwischen 11 und 14 Jahren eine kritische Phase hinsichtlich der Eisenversorgung bestehen kann, steht mit **SiderAL®** ein niedriger dosiertes Nahrungsergänzungsmittel (14 mg) in der Geschmacksrichtung Cola zur Verfügung.

Um das Risiko einer Überdosierung von Eisen zu vermeiden, sollte vor einer Einnahme von Eisenpräparaten vom Arzt der Eisenstatus bestimmt werden. Bitte folgen Sie bei einem Eisenmangel den Empfehlungen Ihres Arztes.

Kann SiderAL® FORTE aufgelöst werden?

Ja, Sie können **SiderAL® FORTE** auch in einer Flüssigkeit auflösen. Generell funktioniert der Verzehr des Nahrungsergänzungsmittels ganz ohne Wasser: Einfach den Inhalt des Sachets direkt im Mund auflösen und schlucken. Das Präparat schmeckt angenehm nach Zitrusfrüchten, dank der speziellen Formulierung wird ein metallischer Nachgeschmack vermieden.

Wie muss SiderAL® FORTE aufbewahrt werden?

Lagern Sie **SiderAL® FORTE** bei Raumtemperatur trocken und lichtgeschützt. Bitte bewahren das Präparat außerhalb der Sicht- und Reichweite von Kindern auf.