



# amitamin®

... Ovarifert

Packungsinhalt: 101 g / 120 Kapseln  
PZN 12363618  
Artikelnummer: 510  
Hergestellt in Deutschland in GMP-  
und ISO 22000-zertifizierter Produktion

Erhältlich in gut sortierten Apotheken  
und direkt unter [amitamin.com](http://amitamin.com)

Tel. +49 2225 926146  
Fax +49 2225 926118

Active Bio Life Science GmbH  
Lilienthalstraße 6  
12529 Schönefeld  
[www.amitamin.com](http://www.amitamin.com)

## Für Frauen mit eingeschränktem Eisprung (chronischer Anovulation) bei PCOS zur Unterstützung bei Kinderwunsch

**amitamin® Ovarifert** Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement von Frauen mit Fruchtbarkeitsproblemen im Rahmen des polycystischen Ovarialsyndroms (PCOS).

### Tagesverzehrsempfehlung

Einmal täglich vier Kapseln mit reichlich Wasser zu sich nehmen, am besten vor oder zu einer Mahlzeit. Die angegebene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

	Pro Tagesdosis (4 Kapseln)	Pro 100 g
Vitamin C	160 mg	4,6 g
Vitamin E (α-TE)	24 mg	692 mg
Vitamin D	10 µg	288 µg
Vitamin B12	10 µg	288 µg
Natrium	<1 mg	12 mg
Myo-Inositol	2000 mg	57,7 g
D-chiro-Inositol	250 mg	7,2 g
Alpha-Liponsäure	150 mg	4,3 g
Betain	100 mg	2,9 g
Pinienrindenextrakt	100 mg	2,9 mg

### Durchschnittliche Nährwertangaben

**Pro Tagesdosis (4 Kapseln):** Brennwert (kJ/kcal) 25/6, Fett < 0,1 g (davon gesättigte Fettsäuren < 0,1 g), Kohlenhydrate < 0,1 g (davon Zucker < 0,1 g), Eiweiß < 0,1 g, Salz < 0,1 g (davon Natrium < 0,1 g)  
**Pro 100 g:** Brennwert (kJ/kcal) 752/179, Fett 0,1 g (davon gesättigte Fettsäuren < 0,1 g), Kohlenhydrate 1,4 g (davon Zucker < 0,1 g), Eiweiß 0,13 g, Salz < 0,1 g (davon Natrium < 0,1 g)

### Zutaten

myo-Inositol, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), D-chiro-Inositol, Ascorbinsäure, alpha-Liponsäure, Betain, Pinienrindenextrakt, D-alpha-Tocopherylacetat, Cholecalciferol, Trennmittel Magnesiumsalz von Speisefettsäuren, Cyanocobalamin

### Wichtige Hinweise

**amitamin® Ovarifert** ist nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet. Trocken und lichtgeschützt bei Raumtemperatur lagern. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Nicht für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. Es ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Ovarifert enthält Inositol, Alpha-Liponsäure und Mikronährstoffe, die zum hormonellen Gleichgewicht und verbesserter Ovulation bei PCOS führen können. Weitergehende Erläuterungen zur Zweckdienlichkeit in der Packungsbeilage.



## Sehr geehrte Kundin,

bereits mit dem Kinderwunsch und nicht erst bei festgestellter Schwangerschaft sollte eine Frau besonders auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung achten. Denn gesunde Ernährung beeinflusst nicht nur die Schwangerschaft und die Gesundheit von Mutter und Kind, sondern kann auch Einfluss auf den Eisprung (Ovulation) von Frauen mit PCOS haben.

**amitamin® Ovarifert** unterstützt die besonderen ernährungsphysiologischen Anforderungen von Frauen mit PCOS und kann den Symptomen, insbesondere eine eingeschränkte oder ausbleibende Eisprungtätigkeit, entgegen wirken.

Das Produkt basiert auf den Erkenntnissen der Ernährungsmedizin und leistet einen Beitrag zum normalen, weiblichen Hormonsystem ohne dabei selbst Hormone zu enthalten. Alle Bestandteile kommen in Lebensmitteln vor. **amitamin® Ovarifert** ist daher sehr sicher in der Anwendung. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage trotzdem sehr genau und halten sich an die Hinweise auf dieser Packung bzw. die Hinweise Ihres Arztes oder Apothekers.

Sie können **amitamin® Ovarifert** auch mit anderen Nahrungsergänzungen mit Vitaminen, Spurenelementen oder Omega-3 Fettsäuren kombinieren. Wenn Sie **amitamin® Ovarifert** mit einem Arzneimittel kombinieren möchten, befragen Sie bitte zuvor Ihren Arzt oder Apotheker.

## Was ist das Polycystische Ovarische Syndrom (PCOS)?

Das Polycystische Ovarische Syndrom ist eine unter Frauen im gebärfähigen Alter weit verbreitete hormonelle Störung, bei der zu viele „männliche“ Hormone gebildet werden. Auch der Insulinstoffwechsel ist bei Frauen mit PCOS oft gestört.

Ganz natürlich ist, dass auch von Frauen geringe Mengen von „männlichen“ Hormonen, sogenannten Androgenen, gebildet werden. Das bekannteste der Androgene ist Testosteron. Frauen mit PCOS bilden erhöhte Mengen dieser „männlichen“ Hormone, insbesondere Testosteron.

Die Folgen des hormonellen Ungleichgewichtes können u. a. sein, dass die Menstruation unregelmäßig ist, ein erhöhtes Haarwachstum am Körper und im Gesicht auftritt und sich in den Eierstöcken eine sehr hohe Anzahl von Zysten bildet.

## Wer bekommt PCOS?

Frauen mit Übergewicht haben häufiger PCOS als schlanke Frauen. Auch familiäre Veranlagung kann dazu führen, das PCOS zu entwickeln. Die Symptome können sofort nach Beginn der Menstruation auftreten, aber ebenfalls erst in Alter von Mitte 20. Einige Symptome treten auch nach der Menopause noch auf.

## Was sind die Symptome des PCOS?

Die Symptome des Polyzystischen Ovarischen Syndroms treten meist nicht alle gleichzeitig auf, sondern es sind oft nur einzelne bzw. mehrere der folgenden Störungen:

- Unregelmäßige Menstruationen und weniger als 9 Zyklen pro Jahr;
- Ausbleiben von Menstruationen (Amenorrhoe);
- Ungewöhnlich heftige Monatsblutungen;
- Infertilität (nicht eintretende Schwangerschaft);
- Übermäßiger, ungewollter Haarwuchs, insbesondere am Körper und im Gesicht;
- Eher dünnes Kopfhaar;
- Gewichtszunahme, insbesondere am Bauch;
- Problematische, unreine Haut;
- Stimmungsschwankungen, Depressionen oder Ängste.

Jede Frau mit PCOS hat ihren eigenen „Mix“ an mehr oder weniger ausgeprägten Symptomen. Nur selten treten alle Symptome zu Tage.

## Gibt es andere Erkrankungen, die zu ähnlichen Symptomen führen?

Auch kann die Ursache für eines oder mehrerer dieser Symptome eine andere als PCOS sein. Diese muss der Arzt ausschließen, z. B.:

- Schilddrüsenerkrankungen führen ebenfalls zu unregelmäßigen Menstruationszyklen;
- Ein Prolaktinüberschuss führt ebenfalls zu übermäßigem Haarwuchs am Körper;
- Das Cushing Syndrom führt über erhöhte Kortisolausschüttung zu Übergewicht und Stimmungsschwankungen.

Der behandelnde Arzt wird daher zunächst verschiedene andere Ursachen ausschließen, bevor er das PCOS diagnostizieren kann. Es gibt keinen einzelnen Test, der PCOS sicher diagnostizieren kann. Empfehlenswert ist in dem Zusammenhang eine Bestimmung des Hormonstatus.

## Was sind die Ursachen von PCOS?

Die Ursachen des PCOS sind weitestgehend unbekannt. Es ist gut möglich, dass eine Mehrzahl von Ursachen dazu führt. Oft wird beobachtet, dass es Zusammenhänge zwischen dem PCOS und erhöhtem Insulinspiegel und Übergewicht gibt.

Bei einer Insulinresistenz wirkt das körpereigene produzierte Insulin nicht ausreichend im Körper. Der Stoffwechsel reagiert, indem die Bauchspeicheldrüse mehr Insulin produziert. Es kommt zu einem Überschuss an Insulin und dies hat Auswirkungen auf die Eierstöcke.

Die hormonelle Steuerung der Eierstöcke wird durch ein Hormon namens „Insulin-like Growthfactor“ IGF geregelt. Wie es der Name des Hormons schon besagt: es ist dem Insulin ähnlich. Bei erhöhtem Insulinspiegel kommt es daher zu Störungen der Regelung der Eierstockfunktionen, die durch den IGF geregelt werden. Die Symptome des PCOS sind die Folge.

Eine Ernährung, die den zellulären Insulinstoffwechsel unterstützt, ist daher von Vorteil für PCOS-Patientinnen.

Für die beiden Inositol myo-Inositol und D-chiro-Inositol, kombiniert mit alpha-Liponsäure, haben viele Studien eine die Insulinsensitivität verbessernde und so den Insulinspiegel regulierende Eigenschaft nachgewiesen. Auch die Normalisierung der Produktion von Androgenen wurde als Wirkung der beiden Inositole festgestellt. Dabei wirken myo-Inositol, alpha-Liponsäure und D-chiro-Inositol an verschiedenen Stellen des Zellstoffwechsels und ergänzen sich in ihrer Wirkung. **amitamin® Ovarifert** enthält diese Mikronährstoffe in einer besonders hochwertigen Formel.

## Was ist Inositol?

Inositol (auch „Inosit“ genannt) ist ein im Körper natürlich vorkommender Stoff, der früher auch als Muskelzucker benannt worden ist. Inositol ist aber kein Kohlenhydrat. Inositol wurde früher in die Reihe der B-Vitamine aufgenommen, diese Zuordnung wird heute aber nicht mehr gemacht. Inositol kommt in vielen pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln vor. Es gibt insgesamt neun verschiedene Formen von Inositol, von denen D-chiro-Inositol und myo-Inositol als am wichtigsten und besten erforscht gelten.

Inositol ist ein Botenstoff, der für die Signalwege der Zellen und darüber hinaus für die Regulierung des Insulins, von Blutfetten und von Hormonen eine wichtige Rolle spielt. Inositol spielt eine bedeutende Rolle in der Zell-Zell-Kommunikation und bestimmt so mit, wie sich der ganze Körper verhält.

Seit den 1990er Jahren ist bekannt, dass Patientinnen mit PCOS oftmals eine fehlerhafte Signalweiterleitung bei den Insulinrezeptoren aufweisen. In der Folge wurde intensiv die Anwendung von myo-Inositol, D-chiro-Inositol und weiteren, den Insulinspiegel und die hormonelle Steuerung des weiblichen Stoffwechsels beeinflussenden Mikronährstoffen untersucht und deren Wirkungen bei Frauen mit PCOS bestätigt.

Inositol und alle in **amitamin® Ovarifert** enthaltenen Mikronährstoffe werden als Lebensmittel eingestuft. Die Einnahme von **amitamin® Ovarifert** ist daher eine sehr sichere ernährungsmedizinische Maßnahme für Frauen mit PCOS.

## Myo-Inositol und chiro-Inositol – was ist der Unterschied?

Es gibt neun natürlich vorkommende Typen von Inositol. Die wichtigsten beiden Typen sind myo-Inositol und D-chiro-Inositol.

Verschiedene klinische Studien haben gezeigt, dass diese beiden Inositol-Formen unterschiedlich wirken und sich in der Anwendung auf das PCOS hervorragend gegenseitig ergänzen. Laut mehrerer Studien sind die beiden Inositol-Formen gemeinsam eingenommen der Einnahme einzelner Inositol-Formen (myo-Inositol alleine oder D-chiro-Inositol alleine) deutlich überlegen. Deshalb kombiniert **amitamin® Ovarifert** diese beiden Inositol-Formen.

## Was ist alpha-Liponsäure?

Alpha-Liponsäure ist eine schwefelhaltige Fettsäure, die auch im menschlichen Körper von Natur aus vorkommt und dort an vielen enzymatischen Vorgängen beteiligt ist. In Verbindung mit Inositol kann alpha-Liponsäure die körpereigene Produktion von Androgenen bei Frauen mit PCOS normalisieren.

## Welche weiteren Mikronährstoffe enthält amitamin® Ovarifert?

**amitamin® Ovarifert** enthält weitere Mikronährstoffe zur sinnvollen Ergänzung der Wirkungen von Inositol und alpha-Liponsäure.

Bei Bedarf können Sie **amitamin® Ovarifert** gerne mit anderen Nahrungsergänzungen kombinieren.

## Fruchtbarkeit und Schwangerschaft – amitamin® Produkte

### FÜR MÄNNER



**fertilsan M (Kapseln):** Mit drei Kapseln am Tag wertvolle Mikronährstoffe für eine normale Spermienentwicklung des Mannes. Entwickelt für alle Männer mit nicht optimalen Werten des Spermioogrammes.

**fertilsan M (Granulat):** Gleich gute Nährstoffkombination wie die fertilsan M Kapseln als praktisches Trinkgranulat. Ein Getränk am Tag für eine normale Spermato-genese.

### FÜR FRAUEN



**Ovarifert:** Zur Verstärkung der Eisprungtätigkeit und damit der Verbesserung der Fruchtbarkeit bei Frauen mit eingeschränkter Fruchtbarkeit (PCOS polycystisches Ovar-syndrom). Für viele Frauen die ideale Vorbereitung auf eine gesunde Schwangerschaft.

**fertil F phase 1:** 800 µg Folat – mit bioaktivem Quatrefolic®. 12 Vitamine und wichtige Spurenelemente. 1 Kapsel täglich. Ideal für Kinderwunsch bis 3. Monat der Schwangerschaft.

**fertil F phase 2:** 600 µg Folat – mit bioaktivem Quatrefolic®. Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA, 12 hochdosierte Vitamine, Spurenelemente und sekundäre Pflanzenstoffe. Empfohlen für Schwangerschaft bis Ende der Stillzeit.