

**Тағамға биологиялық белсенді қоспа**  
**ПреМама Дуо / Premama Duo®**

**Жүктілікті жоспарлау, жүктілік және бала емізу**  
**11 дәрумен/10 минерал + ДГК**

**30 таблетка, 30 капсула**

ПреМама Дуо - құрамында омега-3 полиқанықпаған май қышқылдары (ДГК және ЭПК) бар балық майы бар дәруменді-минералды кешен жүктілікті жоспарлайтын әйелдерге, жүктілік кезінде (1, 2, 3 триместрлер) және бала емізу кезінде ұсынылады.

Жүктілікті жоспарлаушылар үшін, жүктілік кезінде және бала емізу кезінде қоректік заттарға деген қажеттілік артады, сондықтан олардың жеткіліксіздігін болдырмау және болашақ ананың да, нәрестенің де денсаулығы үшін тамақтану рационын түзету үшін дәрумен-минералды кешен мен омега-3 қабылдаған жөн деп саналады

**Шығару түрі:** салмағы 1265 мг қабықпен қапталған таблеткалар; салмағы 660 мг капсулалар

**Құрамы:**

**Таблеткалар:** кальций фосфаты; *тасымалдаушы* микрокристалды целлюлоза; С дәрумені (L-аскорбин қышқылы); магний тотығы; темір fumarаты; Е дәрумені (DL-альфа-токоферол ацетаты, шошқа желатині, бірігуге қарсы агент аморфты кремний қостотығы); таблетка қабығы: қоюландырғыш гидроксипропилметилцеллюлоза, бірігуге қарсы агент микрокристалды целлюлоза, бояғыш кальций карбонаты, бірігуге қарсы агент стеарин қышқылы; РР дәрумені (никотинамид); хром хлориді (хром хлориді, мальтодекстрин); бірігуге қарсы агенттер: стеарин қышқылының магний тұзы; В6 дәрумені (пиридоксин гидрохлориді, тасымалдаушы май қышқылдарының моно- және диглицеридтері); бірігуге қарсы агент аморфты кремний қостотығы; кальций D- пантотенаты (пантотен қышқылы); мырыш тотығы; В1 дәрумені (тиамин моноксидаты, тасымалдаушы май қышқылдарының моно- және диглицеридтері); В2 дәрумені (рибофлавин, тасымалдаушы май қышқылдарының моно- және диглицеридтері, жүгері крахмалы); D3 дәрумені (холекальциферол, орташа тізбекті триглицеридтер, жүгері крахмалы, сахароза, қоюландырғыш акация сағызы, тотықтырғышқа қарсы альфа-токоферол); марганец карбонаты; В12 дәрумені (цианокобаламин, мальтодекстрин, қышқылдықты реттегіштер: натрий цитраты 3-алмастырылған, лимон қышқылы); мыс цитраты; фолий қышқылы; калий йодиді; натрий селениті; аммоний молибдаты; бояғыш қызыл темір тотығы; D-биотин.

**Капсулалар:** балық майы; Е дәрумені (D-альфа-токоферол); *қабығы:* желатин, *қоюландырғыш* өсімдік глицерині, тазартылған су

## Құрамы:

| Биологиялық белсенді заттар | Құрамы 1 таблеткада және 1 капсулада**** | Физиологиялық қажеттіліктерді қанағаттандыру дәрежесі, % *             |                              |                       |
|-----------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------|
|                             |                                          | Жүктілікті жоспарлайтын әйелдер, жүкті әйелдер (жүктіліктің 1-жартысы) | Жүкті әйелдер (2-ші жартысы) | Бала емізетін әйелдер |
| Таблетка                    |                                          |                                                                        |                              |                       |
| В1 дәрумені                 | 1,4 мг                                   | 93                                                                     | 82                           | 78                    |
| В2 дәрумені                 | 1,4 мг                                   | 78                                                                     | 70                           | 67                    |
| РР дәрумені                 | 18,0 мг                                  | 90                                                                     | 82                           | 78                    |
| Пантотен қышқылы            | 6,0 мг                                   | 120**                                                                  | 100                          | 86                    |
| В6 дәрумені                 | 1,9 мг                                   | 95                                                                     | 83                           | 76                    |
| Биотин                      | 30,0 мкг                                 | 60                                                                     | 60                           | 60                    |
| Фолий қышқылы               | 400,0 мкг                                | 100                                                                    | 67                           | 80                    |
| В12 дәрумені                | 2,6 мкг                                  | 87                                                                     | 74                           | 74                    |
| С дәрумені                  | 85,0 мг                                  | 94                                                                     | 85                           | 71                    |
| Е дәрумені                  | 15,0 мг ТЭ                               | 100                                                                    | 88                           | 79                    |
| Д3 дәрумені                 | 10,0 мкг                                 | 100                                                                    | 80                           | 80                    |
| Кальций                     | 200,0 мг                                 | 20                                                                     | 15                           | 14                    |
| Магний                      | 56,25 мг                                 | 14                                                                     | 13                           | 13                    |
| Темір                       | 15,0 мг                                  | 83                                                                     | 45                           | 83                    |
| Мырыш                       | 5,0 мг                                   | 42                                                                     | 33                           | 33                    |
| Марганец                    | 2,0 мг                                   | 100                                                                    | 91                           | 71                    |
| Мыс                         | 1,0 мг                                   | 100                                                                    | 91                           | 71                    |
| Йод                         | 150,0 мкг                                | 100                                                                    | 68                           | 52                    |
| Селен                       | 60,0 мкг                                 | 109**                                                                  | 92                           | 92                    |
| Молибден                    | 50,0 мкг                                 | 71                                                                     | 71                           | 71                    |
| Хром                        | 30,0 мкг                                 | 60                                                                     | 60                           | 60                    |
| Капсула                     |                                          |                                                                        |                              |                       |
| Докозагексаен қышқылы       | 200 мг, кемінде                          | 29***                                                                  |                              |                       |
| Е дәрумені                  | 3,3 мг ТЭ                                | 22                                                                     | 19                           | 17                    |
| Е дәруменінің жалпы құрамы  | 18,3 мг ТЭ                               | 122**                                                                  | 108**                        | 96                    |

\* - МР 2.3.1.0253-21 "Ресей Федерациясы халқының әртүрлі топтары үшін энергия мен тағамдық заттарға физиологиялық қажеттіліктердің нормалары" бойынша тағамдық және биологиялық белсенді заттарды тұтынудың ұсынылатын деңгейінің пайызы;

\*\* - ЕурАзЭҚ Кеден одағының «Санитариялық-эпидемиологиялық қадағалауға (бақылауға) жататын тауарларға қойылатын бірыңғай санитариялық-эпидемиологиялық және гигиеналық талаптарға» сәйкес тұтынудың жоғарғы рұқсат етілген деңгейінен аспайды (II тарау, № 5 қосымша);

\*\*\* - ЕурАзЭҚ Кеден одағының «Санитариялық-эпидемиологиялық қадағалауға (бақылауға) жататын тауарларға қойылатын бірыңғай санитариялық-эпидемиологиялық және гигиеналық талаптарға» сәйкес тұтынудың барабар деңгейінің пайызы (II тарау, № 5 қосымша);

\*\*\*\* - өнімнің тағамдық құндылығы туралы ақпарат өнімдегі биологиялық белсенді зат құрамының орташа мәні бойынша есептік жолмен айқындалады.

**Қолдану саласы:** тағамға биологиялық белсенді қоспа ретінде – докозагексаен қышқылының көзі және Е, D3 дәрумендерінің қосымша көзі (400 ХБ 1 таблеткада), С, РР, В1, В2, В6, В12, фолий қышқылы, пантотен қышқылы, биотин, темір, мырыш, марганец, мыс, йод, селен, молибден және құрамында кальций мен магний бар хром.

Ол сіздің организмнің жүктілікке дайындалуына, сондай-ақ жүктілік пен бала емізу кезінде өсіп келе жатқан тамақтану қажеттіліктерін қанағаттандыруға көмектесу үшін арнайы жасалған.

ПреМама Дуо құрамында омега-3 полиқанықпаған май қышқылдары бар балық майы бар (ДГК – 200 мг және ЭПК – 43 мг).

**ДГК (Докозагексаен қышқылы)** бала емізу кезінде шарана мен баланың көзі мен миының қалыпты дамуына ықпал етеді.

**Фолий қышқылы** жүкті әйелдер мен жүктілікті жоспарлайтын әйелдер үшін өте маңызды, өйткені ананың фолий қышқылының төмен деңгейі шарананың жүйке түтігі ақауларының дамуының маңызды қауіп факторы болып табылады. Жүйке түтігі баланың миы мен жұлынын құрайды, бұл жүйке жүйесі үшін өте маңызды.

ДНҚ синтезіне, ДНҚ метилденуіне қатысады. Барлық эмбрион жасушаларының өсуін қамтамасыз етеді.

**В12 дәрумені** аминқышқылдарының, май қышқылдарының және нуклеотидтердің ыдырауына және қайта синтезіне қатысады. Барлық эмбрион жасушаларының өсуін қамтамасыз етеді. Бұл қан түзілуінің және эпителий жасушалары дамуының маңызды факторы болып табылады; фолий қышқылының метаболизмі үшін қажет (фолат циклы), гомоцистеиннің қалыпты метаболизміне ықпал етеді.

**D3 дәрумені** организмдегі кальций мен фосфордың қалыпты сіңуіне ықпал етеді, сондай-ақ сау тістер мен сүйектер үшін маңызды қандағы кальцийдің қажетті деңгейін сақтайды. Жүкті әйелдерде преэклампсияның және мерзімінен бұрын босанудың, гестациялық диабеттің дамуына жол бермейді.

**Йод** қалқанша безінің гормондарын өндіруге көмектеседі, сондай-ақ оның жұмысын демейді. Йодты тұтыну тапшылығы аясында туындайтын жүктілік кезінде мынадай асқыну қаупін азайтады: шарананың құрсақішілік өлімі және жүктіліктің өздігінен үзілуі. Психикалық және физикалық дамудың артта қалуының алдын алады.

**Селен** жасушалық жарғақшаларды антиоксидантты қорғауды қамтамасыз етеді, Е дәруменінің әсерін күшейтеді және йод синергисі болып табылады. Иммундық жүйенің қалыпты жұмыс істеуі үшін қажет. Қалқанша безінің гормондарын бақылайды және қалқанша безді қорғайды.

**Темір** эритроциттердің пайда болуына ықпал етеді және организмдегі оттегінің тасымалдануына қатысады, сондай-ақ қалыпты зат алмасуға және шаршау мен қажуды азайтуға көмектеседі. Сондай-ақ жүкті әйелдерде темір тапшылығы жағдайларының дамуына жол бермейді.

**Хром** тіндердің инсулинге сезімталдығын арттырады, глюкозаға төзімділік пен гестациялық диабеттің бұзылу қаупін азайтады.

**Молибден** жүкті әйелде жүрек айнуы мен құсу болған кезде оң әсер етеді, жүрек айнуы мен құсуы бар жүкті әйелдерде молибденді қабылдау бұл симптомдарды жеңілдетеді.

**С дәрумені** иммундық жүйенің қалыпты қызметі үшін маңызды және организмде темірдің сіңуіне ықпал етеді.

**Е дәрумені** антиоксидант болып табылады, ол басқа дәрумендердің жойылуына жол бермейді. Эритроциттердің тұрақтылығын сақтайды, жыныс бездерінің, жүйке және бұлшықет тіндерінің қызметіне оң әсер етеді.

**Кальций** сау сүйектер мен тістерді сақтау үшін қажет. Кальций жүйке өткізгіштігін, бұлшықет жиырылуын реттеуге қатысады және қан ұю жүйесінің құрамдас бөлігі болып табылады, сүйек тығыздығын арттырады.

**Магний** бұлшықет пен сүйек тіндерінің түзілуіне, сондай-ақ ақуыз синтезіне қатысады.

**Марганец** сүйек тінінің минералдануына ықпал етеді. Оның қабынуға қарсы қасиеттері бар.

**Мырыш** сау шаш пен тырнақтың өсуіне ықпал етеді.

**Мыс** ағзалар мен тіндердің оттегі ашығуының алдын алуға көмектеседі, сондай-ақ қан тамырларының қабырғаларын нығайтуға көмектеседі.

**B1 дәрумені** қарапайым қанттарды сіңіру процестеріне қатысады. Шарананың жүйке жүйесінің жұмысына және қалыптасуына қатысады.

**B2 дәрумені** ана мен шарананың көмірсуларының, майларының және ақуыздарының метаболизміне қатысады. Жасушалық тыныс алу және шарананың көріп қабылдау процестерінің маңызды катализаторы.

**PP дәрумені (B3)** ферменттердің маңызды кофакторларының синтезін қамтамасыз етеді. Плацента тамырларының қалыптасуына қатысады.

**Пантотен қышқылы (B5 дәрумені)** көмірсулардың, майлардың және ақуыздардың метаболизміне қатысады.

**B6 дәрумені** аминқышқылдарының метаболизміне қатысады. Жүкті әйелдердің токсикозы мен құрысулардың көріністерін азайтуға көмектеседі. Магнийдің қалыпты сіңуін қамтамасыз етеді. Фолий қышқылы үшін қажет (фолат циклы). Бұрын пероральды контрацептивтік заттарды қабылдаған әйелдерге қажет.

**Биотин (B7 дәрумені)** көмірсу және май зат алмасуына қатысады. Шарананың қалыпты тері жабынын қалыптастыруға қатысады.

**Қолдану бойынша ұсынымдар:** жүктілікті жоспарлайтын әйелдерге, жүктілік және бала емізу кезеңінде күніне 1 рет, тамақтану кезінде немесе одан кейін 1 таблетка мен 1 капсула.

Дәрігердің келісімі бойынша қабылдау ұзақтығы.

Толық тамақтану рационын ауыстыру ретінде қолдануға болмайды.

**Қолдануға болмайтын жағдайлар:** компоненттердің жеке жақпаушылығы.

Қолданар алдында гинеколог дәрігермен кеңесу керек. Ұсынылатын тәуліктік дозадан аспауға тиіс. Қалқанша безінің аурулары бар және/немесе йод препараттарын қабылдайтын тұлғаларға эндокринолог

дәрігермен кеңесу ұсынылады.

**Сақтау шарттары:** түпнұсқалық қаптамада, құрғақ және балалардың қолы жетпейтін жерде, 15-25°C температурада сақтау керек.

**Жарамдылық мерзімі:** 2 жыл

**Өткізу шарттары:** дәріхана мекемелері, диеталық өнімдерді сататын мамандандырылған дүкендер, азық-түлік дүкендерінің арнайы бөлімдері арқылы.

**Бұл дәрілік зат емес.**

01.03.2023 ж. СГР № RU.77.99.88.003.R.000523.03.23

**Өндіруші:**

ALKALOID AD Skopje, Republic of North Macedonia, Blvd. Aleksandar Makedonski 12, 1000 Skopje, Солтүстік Македония Республикасы (өнім өндіру жөніндегі қызметті жүзеге асыру орнының мекенжайы: таблеткалар – Fine Foods & Pharmaceuticals NTM S.p.A., Italy, Via Berlino 39-24040 Zingonia – Verdellino (BG) (Италия), капсулалар – A.R.C.O.–Chemie GmbH, Germany, 58313 Herdecke, Wetterstraße 33-37 (Германия), өлшеп-орау және қаптау – EuroPharma Alliance Sp. z.o.o., Poland, 55-020 Rzeplin, Al. Led 1 (Польша))

**Ресей аумағында тұтынушылардан шағымдарды қабылдауға уәкілетті импорттаушы / ұйым:**

"АЛКАЛОИД-РУС" ЖШҚ, Ресей, 115114, Мәскеу қ., Замоскворечье муниципалды округі қ.аумағы іші, Летниковская көш., 2-үй, 1-құр., 10-қабат, орынжай/бөлме I/1a.

Телефон/факс: +7 (495) 502-92-97, E-mail: infoAlk@alkaloid.com.mk