



Menstruatie^{1,2*} tabletten

+ ijzer

Voedingssupplement

Kruidenpreparaat met ijzer

Gebruiken bij

Duizendblad en framboosblad helpen bij ongemakken tijdens de menstruatie*. IJzer ondersteunt de aanmaak van rode bloedlichaampjes.

*Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating.

De menstruatie

De menstruatie kan iedere maand ongemakken met zich meebrengen. Deze ongemakken kunnen invloed hebben op je dagelijkse leven, zowel bij jonge meisjes als volwassen vrouwen.

A.Vogel Menstruatie^{1,2*} tabletten bevatten

de planten duizendblad en framboosblad en het mineraal ijzer. De twee planten ondersteunen een normale menstruatie* en helpen bij ongemakken tijdens de menstruatie*. IJzer ondersteunt de aanmaak van rode bloedlichaampjes.

Dosering en gebruik

Volwassen vrouwen en meisjes vanaf 12 jaar:

Neem dagelijks 2-3 tabletten met wat water in. Dit kun je verspreid over de dag doen tijdens de eerste paar dagen van de menstruatie. Bij een regelmatige cyclus adviseren we om één of twee dagen voor de menstruatie te starten.

Neem altijd één tablet per dosering. Om het doorslikken makkelijker te maken, mag je de tablet halveren en in twee delen innemen.

Belangrijk om te weten voor het gebruik van A.Vogel Menstruatie^{1,2*} tabletten

De aangegeven dosering niet overschrijden. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

A.Vogel Menstruatie^{1,2*} tabletten niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.

Voor zover bekend heeft dit product geen invloed op hormonale anticonceptiemiddelen.

Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor één van de componenten.

Combinatie met andere producten

Je kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. We raden je aan om bij twijfel overleg te plegen met je arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

In de aanbevolen dosering wordt het product in het algemeen prima verdragen.

Ingrediënten

Plantenextracten: duizendblad¹ (Achillea millefolium) 20%; framboosblad² (Rubus idaeus) 11%; vulstoffen (calciumfosfaten, calciumcarbonaat, cellulose); verstevigingsmiddel (vernet cellulosegom); glansmiddel (magnesiumstearaat); antiklontermiddel (siliciumdioxide); ijzerfumaraat³.



Lactosevrij



Vegan

Een dosering van 1 tablet bevat de inhoudsstoffen van 2000 mg duizendblad en 395 mg framboosblad en 2,1 mg ijzer (=15% RI).

Doseringen van 2-3 tabletten bevatten de inhoudsstoffen van 4000-6000 mg duizendblad en 790-1185 mg framboosblad en 4,2-6,3 mg ijzer (=30-45% RI).

Bewaren

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden. Bewaren beneden 25°C.

Verpakking

A.Vogel Menstruatie^{1,2*} tabletten zijn verkrijgbaar in een verpakking van 30 stuks.

Gezondheidsadvies

Wie gezond wil leven eet gevarieerd en gezond, beweegt verantwoord en zorgt voor voldoende afwisseling tussen inspanning en ontspanning. Soms kan je lichaam even wat extra ondersteuning gebruiken. De natuurlijke producten van A.Vogel zijn met de grootste zorg en volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten gemaakt om jouw gezondheid te ondersteunen. Meer informatie over de producten? Kijk op www.avogel.nl of stuur een e-mail naar info@avogel.nl.

Tips voor tijdens je menstruatie

- Neem een lekker warm bad om te ontspannen.
- Een kruik kan ook fijn zijn, bijvoorbeeld wanneer je tv kijkt of gaat slapen.
- Probeer tijdens je menstruatie iets minder suiker en cafeïne te gebruiken. Dit is überhaupt een goed idee.
- Een massage is altijd fijn, maar nu wellicht nog meer.

A.Vogel, 100 jaar passie voor planten

Alfred Vogel reisde in zijn leven de hele wereld rond om planten te ontdekken. Zijn bevologenheid en kennis van de positieve invloeden van planten waren indrukwekkend. In 1923 opende Alfred Vogel zijn eerste kruiden- en natuurwinkel in de Zwitserse stad Basel. Nu, 100 jaar later, is de passie voor de positieve invloed van planten nog steeds onverminderd groot.

Natuurlijk gezond

Bij A.Vogel maken we natuurlijke zelfzorgproducten. De planten die in de ecologische A.Vogel tuinen op de Veluwe groeien, verwerken we in veel van onze producten. Jaarlijks oogsten onze tuinmedewerkers zo'n 50.000 kilo planten op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. De kwaliteitsmedewerkers van het laboratorium testen dit uitvoerig. Direct na de oogst verwerken we de planten en maken we er hoogwaardige producten van. Door voortdurend onderzoek weten we dat planten vol actieve werkstoffen zitten. Dat fascineert ons. Hierdoor zijn we altijd op zoek naar hoe we de kracht van de natuur kunnen gebruiken in nieuwe toepassingen voor jouw gezondheid.

A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

Alles wat we in de A.Vogel tuinen doen, doen we met de grootste passie voor de natuur en jouw gezondheid. Zo kweken we al onze planten uitsluitend ecologisch (EKO-keurmerk), zonder kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen. Dat doen we om de natuur te sparen en onze ingrediënten zo zuiver mogelijk te houden.

In nauwe samenwerking met 's Heeren Loo helpen we mensen van de dagbesteding in 't Harde en omstreken aan een mooie en zinvolle invulling van de dag. Ze helpen ons namelijk met verschillende werkzaamheden in de A.Vogel tuinen. Van onkruid wieden, bemesten en oogsten tot assistentie in ons bezoekerscentrum. Het is een fijne samenwerking waar wij allemaal veel plezier aan beleven.

Zorg voor het milieu

A.Vogel streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakkingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.



De tekst van deze gebruiksaanwijzing werd voor het laatst gewijzigd in december 2023.

A.Vogel B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg

93001516 23L1