



Famosan® Salvia  
**Extra Sterk**  
**Opvliegers**  
**Nachtelijk transpireren**

Extra krachtig  
Helpt snel

### Overgangstabletten

#### Gebruiken bij

Tijdens periodes van opvliegers en (nachtelijk) transpireren.

#### In de overgang

Rond het 47e levensjaar begint het lichaam van een vrouw zich voor te bereiden op het beëindigen van de vruchtbare periode. De eicellen zijn dan bijna op, waardoor de eierstokken minder oestrogeen aanmaken.

Dit is merkbaar aan de menstruatie. Deze wordt onregelmatiger en stopt gemiddeld rond het 52e levensjaar helemaal. De overgang kan gepaard gaan met overgangsverschijnselen. Veel voorkomend zijn opvliegers en (nachtelijk) transpireren. Speciaal voor deze verschijnselen is A.Vogel Famosan Salvia Extra Sterk ontwikkeld.



**Salvia officinalis helpt bij overgangsverschijnselen**  
Famosan Salvia Extra Sterk bevat een extra krachtig extract van de heilzame plant *Salvia officinalis*, die van oudsher bekend staat om zijn positieve invloed bij opvliegers en (nachtelijk) transpireren. Deze plant komt oorspronkelijk uit de landen in de Balkan en rond de Middellandse Zee. Voor Famosan Salvia Extra Sterk wordt de plant biologisch geteeld. De naam *Salvia*, afkomstig van het Latijnse woord *salvere*, betekent heilzaam kruid. Daarmee geeft het zijn goede reputatie weer.

Famosan Salvia Extra Sterk is extra krachtig en helpt snel. Het is 100% natuurlijk en ontwikkeld volgens de laatste wetenschappelijke inzichten.

#### Dosering en gebruik

*1x daags 1 tablet* voor de maaltijd met wat water innemen.

#### Wat u moet weten voordat u Famosan Salvia Extra Sterk gebruikt

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

Famosan Salvia Extra Sterk niet gebruiken tijdens de zwangerschap en de periode waarin borstvoeding wordt gegeven (remt de melkproductie).

#### Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor een van de componenten.

#### Combinatie met andere producten

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw arts of apotheker.

#### Verdraagbaarheid

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

#### Ingrediënten

Plantenextract: echte salie *Salvia officinalis* 12%; vulstof (microkristallijne cellulose); emulgator (sucroselauraat); glansmiddel (katoenzaadolie). Een dagdosering van 1 tablet bevat de inhoudsstoffen van in totaal **3400 mg** vers *Salvia officinalis*-extract.

Famosan Salvia Extra Sterk is een extra krachtige formule.

1 tablet = 425 mg

#### Bewaren

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

#### Verpakking

Famosan Salvia is verkrijgbaar als:

- gewone variant in een verpakking van 60 stuks (dagdosering **2 tabletten** bevat in totaal **2000 mg** vers *Salvia officinalis*-extract)
- als **Extra Sterk** variant in een verpakking van 25 stuks (dagdosering **1 tablet** bevat in totaal **3400 mg** vers *Salvia officinalis*-extract)



### Persoonlijk advies

We kennen allemaal de bouwstenen voor een gezond leven: gevarieerde en gezonde voeding, verantwoord bewegen en voldoende afwisseling in werk en ontspanning. Als het nodig is, helpt A.Vogel het zelfherstellende vermogen van het lichaam met natuurlijke gezondheidsproducten die zijn ontwikkeld volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten. Wilt u meer informatie of een persoonlijk advies? Kijk dan op [www.avogel.nl](http://www.avogel.nl) of bel met de A.Vogel gezondheidslijn 0900-2464646 of stuur een e-mail naar [info@avogel.nl](mailto:info@avogel.nl)

### Tips voor een soepele overgang

- Uw stofwisseling wordt langzamer. Eet dus ook wat minder. Ongeveer tweederde van wat u gewend bent.
- Uw botten kunnen tijdens en na de overgang ondersteuning nodig hebben. Zorg daarom dat u voldoende vitamine D en calcium en andere mineralen binnenkrijgt.
- Voldoende drinken is belangrijk voor een goede stoelgang en voor het afvoeren van afvalstoffen. Drink minimaal 1,5 à 2 liter vocht per dag, met name tussen of na de maaltijd. Vermijd koffie en alcoholische dranken. Goed om te drinken zijn water, ongezoet vruchtensap, Bambu koffievervanger en (gevarieerde) kruiden thee. Kies in plaats van suikerhoudende frisdranken voor mineraalwater, verdunde Molkosan (2 à 3 eetlepels in een glas niet-bruisend bronwater) of groentesap.
- Blijf lekker in beweging. Het is goed voor sterke botten, maar ook voor uw geest. Bewegen helpt bij sombere en prikkelbare gevoelens.



### Voedingsadvies

- Eet volkorenproducten in plaats van geraffineerde producten (van wit meel en witte suiker).
- Kies voor zilvertvriesrijst, aardappelen, gierst, boekweit, maïs of sojaproducten.
- Eet dagelijks een verscheidenheid aan rauwkost, kort gestoofde groenten (bloemkool, broccoli, spruitjes) en fruit.
- Eet geregeld zure magere zuivelproducten en dan vooral producten zoals kwark, yoghurt, karnemelk of Molkosan.

### Alfred Vogel, een wereldreiziger gefascineerd door de natuur

Alfred Vogel reisde naar Afrika, Azië en Amerika, waar de inheemse bevolking hem het verband toonde tussen voeding, leefwijze en gezondheid. Na elke reis bracht hij een schat aan planten mee die hij verwerkte tot homeopathische geneesmiddelen en natuurlijke gezondheidsproducten. Producten die vandaag de dag miljoenen tevreden gebruikers over de gehele wereld helpen gezond te worden of te blijven.

### A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

De planten voor de A.Vogel producten kweken we grotendeels in eigen tuinen. Vanzelfsprekend op ecologische wijze (EKO-keur). Er komen dus geen kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen aan te pas. We oogsten op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. Om de plant vervolgens direct vers te verwerken tot natuurlijk A.Vogel product.

### 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 op 1 december 2010.

### Biohorma B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg

