

EEN LICHTE MAAG

gedurende uw hele zwangerschap



Antimetil[®]
op basis van gember

**Zodat de moeder
zich goed voelt !**


Tilman[®]

www.antimetil.be

Wist u dat bijna 85% van de zwangere vrouwen in het eerste zwangerschapstrimester voorbijgaande spijsverteringsongemakken ervaren ?

Hoewel het verschijnsel al eeuwen bestaat, blijven de precieze mechanismen of oorzaken vrij onbekend. Volgens de experts kunnen meerdere factoren verantwoordelijk zijn: een samenspel van fysiologische veranderingen, meer hormonen, een grotere gevoeligheid voor geuren, stress met betrekking tot de zwangerschap, etc.

De spijsverteringsproblemen treden doorgaans op tussen de 6^e en de 12^e week van de zwangerschap, ook al hebben sommige toekomstige mama's er hun hele zwangerschap last van. Bij de meeste zwangere vrouwen duiken de spijsverteringsklachten vooral 's ochtends op, maar ze kunnen op elk uur van de dag voorkomen.

Die tijdelijke stoornissen zijn meestal ongevaarlijk voor de mama en haar foetus, maar ze kunnen wel vervelend zijn voor de zwangere vrouw. Gelukkig kunnen die lichte klachten gemakkelijk opgevangen worden aan de hand van enkele praktische tips.



Als het ongemak aanhoudt en aanzienlijk gewichtsverlies veroorzaakt, wordt het ten zeerste aanbevolen om uw arts te raadplegen.

LAAT DIE SPIJSVERTERINGSSTOORNISSEN

uw zwangerschap niet verpesten !

Hebt u, net als de meeste vrouwen, last van uw maag tijdens de eerste maanden van uw zwangerschap? Denk dan aan gember.

Gember wordt door de WHO (Wereld Gezondheidsorganisatie) erkend als een nuttig en veilig middel om tijdelijke spijsverteringsklachten te verlichten.

Talrijke studies hebben aangetoond dat de wortel onschadelijk is voor de mama en de foetus. Gember kan veilig worden ingenomen vanaf het begin van de zwangerschap.



Gember, jawel,

maar niet in eender welke vorm !

Enkel gember in uw gerechten toevoegen is niet voldoende om te kunnen genieten van zijn voordelen, het is wellicht beter om de voorkeur te geven aan **Antimetil®**, het gemberextract toegelaten tijdens de zwangerschap.

Antimetil® bevat 50 mg gemberextract gestandaardiseerd op 10% van gingerols, de actieve ingrediënten van gember. Deze standaardisatie garandeert de kwaliteit en doeltreffendheid van het product.

Studies hebben aangetoond dat het voor een optimale werking aangeraden is om het equivalent van 1.000 mg gemberpoeder per dag in te nemen, wat overeenkomt met 2 tabletten **Antimetil®**.

Als u twijfelt over de concentratie van een product op basis van gember, aarzel dan niet om raad te vragen aan uw apotheker.

Niet alle extracten zijn evenwaardig...

Naargelang de toegepaste extractiewijze kunnen de samenstelling en de gebruiksveiligheid van het extract variëren. **Antimetil®** bevat gemberextract dat in België is toegelaten tijdens zwangerschap.



Enkele tips



Neem uw ontbijt in bed

eet wat beschuit wanneer u wakker wordt en wacht even voordat u opstaat.



Eet weinig maar vaak

uw maag mag nooit leeg zijn, maar ook nooit te vol.



Kies voor koud eten

het ruikt vaak minder sterk dan warm eten en ligt dus minder snel op uw maag. Vermijd ook sterk gekruid, vet of gefrituurd eten dat moeilijk verteert.



Drink voldoende

kleine slokjes de hele dag door en bij voorkeur niet tijdens de maaltijden.



Neem voldoende rust

Stress en vermoeidheid kunnen verteringsproblemen versterken.



U heeft nu alle troeven in handen om volop te genieten van deze 9 maanden geluk.



Antimetil®

Gebruik

Naast zijn gebruik gedurende de zwangerschap, kan **Antimetil** ook worden gebruikt na een ongebruikelijke maaltijd en op reis.



**KINDEREN
6 TOT 11 JAAR**

1 ● / dag

**VOLWASSENEN EN KINDEREN
VANAF 12 JAAR**

1 ● 1 tot 3 x / dag



Vanaf het
begin van de
zwangerschap

ZWANGERE VROUWEN

1 ● 's morgens en 's middags
(max 2 tabletten)

De tabletten innemen met een glas water.



testez Antimetil
Echarfillon

Staal
Probeer eens Antimetil

Meer informatie op www.antimetil.be

Verkrijgbaar in de apotheek

