

L'ESTOMAC LÉGER

tout au long de la grossesse

Antimetil[®]
à base de gingembre

**Pour que maman
se sente bien !**



Tilman[®]

Votre santé par les plantes

Saviez-vous que près de 85% des femmes enceintes éprouvent des désagréments digestifs passagers au cours du premier trimestre de leur grossesse ?

Bien que ce phénomène existe depuis des siècles, les mécanismes ou causes exactes sont toujours assez flous. D'après les spécialistes, plusieurs facteurs peuvent en être responsables : un ensemble de changements physiologiques, un niveau d'hormones plus élevé, une plus grande sensibilité aux odeurs, le stress lié à la grossesse, etc.

Ces inconforts digestifs se font généralement ressentir entre la 6ème et la 12ème semaine de grossesse, même si certaines futures mamans en sont dérangées tout au long de leur grossesse. Chez la majorité des femmes enceintes, les désagréments digestifs se manifestent surtout le matin, mais ils peuvent également survenir à toute heure de la journée.

Ces désordres passagers sont généralement inoffensifs pour la maman et son fœtus, mais ils peuvent par contre s'avérer dérangeants pour la femme enceinte. Heureusement, ces petits désagréments peuvent être facilement atténués en respectant quelques petits conseils pratiques.



Si les désagréments perdurent et engendrent une perte de poids importante, il est vivement recommandé de consulter votre médecin.



NE LAISSEZ PAS CES TROUBLES DIGESTIFS

gâcher votre grossesse !

Si comme la majorité des femmes, votre estomac vous en fait voir de toutes les couleurs pendant les premiers mois de grossesse, **pensez au gingembre.**

Son utilité et sa sécurité d'emploi ont été reconnues par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) pour son activité afin d'atténuer les désagréments digestifs passagers.

De nombreuses études ont démontré son innocuité tant pour la maman que pour son fœtus. **Le gingembre peut être pris dès le début de la grossesse car il ne provoque pas d'effet contraire.**



Du gingembre oui,

mais pas sous n'importe quelle forme !

Glisser du gingembre dans vos plats ne sera pas suffisant pour profiter de ses bienfaits. Optez plutôt pour **Antimetil®**, l'extrait de gingembre autorisé pendant la grossesse.

Antimetil® contient 50 mg d'extrait de gingembre standardisé à 10% de gingérols, principes actifs du gingembre. Cette standardisation garantit la qualité et l'efficacité du produit.

Les études ont démontré que pour une activité optimale il est conseillé d'ingérer l'équivalent de 1 000 mg de poudre de gingembre par jour, soit 2 comprimés d'**Antimetil®**.

En cas de doute concernant la concentration d'un produit à base de gingembre, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.



Tous les extraits ne se valent pas...

Selon la méthode d'extraction utilisée, la composition et la sécurité d'emploi de l'extrait peuvent varier. **Antimetil®** est l'extrait de gingembre autorisé en Belgique pendant la grossesse.



Quelques conseils



Prenez votre petit-déjeuner au lit

au réveil, mangez quelques biscuits secs et attendez un peu avant de vous lever.



Mangez peu mais souvent

Votre estomac ne doit jamais être vide, ni trop plein.



Favorisez les aliments froids

car ils sentent souvent moins que les aliments chauds et sont donc moins écœurants. Evitez également de manger des mets épicés, gras ou frits qui sont difficiles à digérer.



Buvez

par petites gorgées tout au long de la journée, et de préférence en dehors des repas.



Reposez-vous

Le stress et la fatigue peuvent augmenter les désagréments digestifs.



Vous avez désormais toutes les cartes en mains pour vivre pleinement ces 9 mois de bonheur.



Antimetil®

Utilisation

En plus de son utilisation pendant la grossesse, **Antimetil®** peut aussi être utilisé en cas de régimes alimentaires inhabituels et lors de voyages.



**ENFANTS
DE 6 À 11 ANS**

1 ○ / jour

**ADULTES ET ENFANTS
À PARTIR DE 12 ANS**

1 ○ 1 à 3 x / jour



FEMMES ENCEINTES

1 ○ le matin et le midi
(maximum 2 comprimés)

Avaler les comprimés avec un verre d'eau.



Plus d'informations sur www.antimetil.be

Disponible en pharmacie

