



Йодофол® — позаботьтесь о здоровье будущего ребенка уже сегодня!



Предназначение каждой женщины — реализовать себя в качестве матери. Здоровый образ жизни, правильное питание и режим дня — главный залог рождения здорового ребенка. Однако, современный темп жизни, учеба, работа и карьерный рост женщины не всегда позволяют ей полностью сосредоточиться на подготовке к беременности и родам. Беременность — особое состояние в жизни женщины. В это время происходит значительная гормональная перестройка, и организм начинает работать за двоих, т.к. теперь он должен обеспечивать питательными веществами не только маму, но и будущего малыша.

Именно поэтому, потребность в витаминах и минералах у беременной женщины возрастает в среднем на 25%, а по некоторым веществам в несколько раз. Организму требуется в 1,5 раза больше кальция, цинка, йода, витаминов В6 и В12, в 2 раза — железа и фолиевой кислоты (Ahn E., Kapur B., Koren G., 2004).

Конечно, удовлетворить возросшие потребности организма в витаминах и микроэлементах беременная женщина может за счет потребления продуктов, содержащих повышенное количество фолиевой кислоты и йода. Это — морепродукты, рыба (наиболее высокое содержание йода), свежие ягоды черной смородины и лесной земляники, зеленые листовые овощи (салат, шпинат, брокколи), томаты, морковь, авокадо, орехи, мед, (наиболее высокое содержание фолиевой кислоты). Но, во-первых, все эти продукты либо дорогие для людей со средним заработком, либо сезонные. Кроме того, загрязненность морских вод и атмосферы делает потребление таких продуктов, порой, весьма опасным.

Вот тут и приходят на помощь натуральные витамины и микроэлементы, способные предотвратить



Йод (I2) — важнейший из элементов, который необходим для нормального развития плода. Йод не может синтезироваться организмом, поэтому человек должен получать его ежедневно вместе с продуктами питания.

Йодный дефицит является одной из наиболее важных медицинских и социальных проблем во многих странах мира. По данным ВОЗ около 1,5 млрд жителей Земли имеют риск развития йододефицитных заболеваний, из них более 500 млн человек проживают в регионах с тяжелым дефицитом йода, а около 20 млн человек имеют умственную отсталость вследствие дефицита йода.

К причинам йодного дефицита относят несовершенную систему профилактики, экологическую обстановку и нарушения питания. Уже в первом триместре беременность может провоцировать дисфункцию щитовидной железы. Это, в первую очередь, связано с тем, что на 10–12 неделе начинает функционировать щитовидная железа плода, которая потребляет йод из гормонов щитовидной железы матери.

Дефицит йода может вызвать образование зоба, как у беременной женщины, так и у будущего ребенка. Возможными, наиболее серьезными последствиями дефицита йода у плода и новорожденного являются замедление формирования костей, легких, нарушение развития головного мозга и, связанное с ним, недостаточное развитие центральной нервной системы и дефекты слуха. По данным итальянских ученых, дефицит йода способствует, прежде всего, развитию синдрома дефицита внимания с гиперактивностью, т.е. ограничивает психомоторное и умственное развитие детей.

Именно поэтому суточная потребность в йоде для взрослых составляет 150–200 мкг, а для беременных и кормящих женщин — 200 мкг в сутки.

Таким образом, в период предгравидарной (предшествующей беременности, от лат. *gravida* — беременная) подготовки рекомендуется регулярный прием не только витаминных (на основе фолиевой кислоты), но и йодсодержащих средств.

Стоит отметить, что препаратов, соответствующих указанным выше требованиям, и позволяющим полностью восполнить недостаток витаминов и микроэлементов в рационе питания женщины, на фармацевтическом рынке Украины представлено не так много.

Выбор, достойный доверия!

В качестве витаминно-минерального комплекса, полностью обеспечивающего суточные физиологические потребности женщины планирующей беременность, беременной женщины и кормящей матери можно рекомендовать **Йодофол®** компании World Medicine, содержащий комбинацию фолиевой кислоты и йода.

В одной таблетке **Йодофола®** содержится: витамин B9 (фолиевая кислота 400 мкг) и микроэлемент йод (в форме калия йодида 200 мкг), которые покрывают ежедневную суточную потребность организма женщины. Более того, в одной упаковке **Йодофола®** содержится 150 таблеток, которых хватит женщине на 5 месяцев приема!

Эффективность и безопасность **Йодофола®** была подтверждена в клинических исследованиях. Доказано, что своевременная коррекция йододефицита с помощью **Йодофола** снижает частоту гестационных (от лат. *gestatio* — ношение, беременность) осложнений, а именно риск угрозы прерывания беременности (в 8 раз), а также уменьшение выраженности гормональных изменений (данные рандомизированного клинического исследования на базе Донецкого регионального центра охраны материнства и детства, 2013 г.)

Подводя итоги, можно отметить, что потребность в биологически активных веществах зависит от состояния организма, окружающей среды, особенностей питания, физической активности и возрастает в периоды беременности и кормления грудью.

С учетом вышесказанного **Йодофол®** рекомендуется применять при подготовке к беременности, в процессе беременности и в период лактации по 1 таблетке в сутки во время или после еды.

В период применения **Йодофола®** для лучшей усвояемости активных веществ рекомендуется придерживаться сбалансированного рациона питания, ограничивать потребление жиров, сахара, сладостей, алкоголя. Противопоказанием же является только индивидуальная непереносимость компонентов средства.

Итак, комплекс **Йодофол®** — эффективный, безопасный, удобный в применении. Рекомендован как дополнительный источник фолиевой кислоты и йода для профилактики и возмещения их дефицита у женщин в периоды планирования беременности, беременности и лактации.

Йодофол® применяется для профилактики внутриутробных аномалий и нормального развития всех органов и систем будущего малыша! 