

**Liebe Verwenderin von Orthomol Femin,**

wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Femin entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme. Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

**Was ist Orthomol Femin?**

Orthomol Femin ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Wichtige Mikronährstoffe für Frauen in den Wechseljahren.

Vitamin B<sub>6</sub> trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei. Biotin, Selen und Zink tragen zur Erhaltung normaler Haare bei. Biotin und Zink tragen zur Erhaltung normaler Haut bei. Selen und Zink tragen zur Erhaltung normaler Nägel bei. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut und Knochen bei. Vitamin D und Zink tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Mit Isoflavonen aus Soja, Lignanene aus Leinsamen, Fettsäuren aus Leinöl, Fischöl und Nachtkerzenöl sowie Coenzym Q<sub>10</sub>.

**Wie soll ich Orthomol Femin einnehmen?**

Die Tagesportion von 2 Kapseln bitte auf morgens und abends aufteilen. Die Kapseln mit viel Flüssigkeit zu den Mahlzeiten einnehmen.

**Wie lange soll ich Orthomol Femin einnehmen?**

Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Verwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.

**Was muss ich beachten?**

- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

**Gibt es weitere nützliche Hinweise?**

- Orthomol Femin ist lactose- und glutenfrei.
- Im Einzelfall kann es zu leichtem Aufstoßen, bedingt durch das in den Kapseln enthaltene Fischöl (Omega-3-Fettsäuren), kommen.
- Die enthaltene Gelatine stammt vom Rind.

**Wie lagere ich Orthomol Femin?**

Bewahren Sie Orthomol Femin bevorzugt kühl und trocken auf.

**Wo erhalte ich weitere Informationen?**

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

**Herzlichst****Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH**

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol.de  
www.orthomol.de



## Zusammensetzung

1 Tagesportion zu 2 Kapseln (1,2 g)

	pro Tagesportion	%RM**
<b>Vitamine</b>		
Vitamin A, davon	167 µg RE°	21
aus Beta-Carotin	167 µg RE°	
Vitamin D	15 µg (600 I.E.°°)	300
Vitamin E	27 mg alpha-TE°°°	225
(enthält u. a. Alpha- und Gamma-Tocopherol)		
Vitamin C	120 mg	150
Vitamin B <sub>6</sub>	3 mg	214
Folsäure	300 µg	150
Vitamin B <sub>12</sub>	7,5 µg	300
Biotin	150 µg	300
Pantothensäure	6 mg	100
<b>Mineralstoffe</b>		
Zink	5 mg	50
Selen	30 µg	55
<b>Sonstige Stoffe</b>		
Soja-Extrakt, darin enthalten	125 mg	**
Isoflavone	50 mg	**
Leinsamen-Extrakt, darin enthalten	50 mg	**
Lignane	10 mg	**
Lycopin	600 µg	**
Lutein	600 µg	**
Coenzym Q <sub>10</sub>	10 mg	**
Omega-3-Fettsäuren,	140 mg	**
davon aus Fischöl		
Eicosapentaensäure (EPA)	20 mg	**
Docosahexaensäure (DHA)	48 mg	**
davon aus Leinöl		
Alpha-Linolensäure	55 mg	**
Omega-6-Fettsäuren,	75 mg	**
davon aus Nachtkerzenöl		
Gamma-Linolensäure	6,8 mg	**

## Zutaten

Gelatine (aus Rind), pflanzliche Öle (Alpha-Linolensäure-haltiges Leinsamenöl (8,3%), Gamma-Linolensäure-haltiges Nachtkerzenöl (aus *Oenothera biennis*) (5,7%) und Sonnenblumenöl in veränderlichen Gewichtsanteilen), Feuchthaltemittel Glycerin, L-Ascorbinsäure, **Fischöl** (10%), Isoflavon-haltiger **Soja-Extrakt** (9,5%), Lignan-haltiger Leinsamen-Extrakt (aus *Linum usitatissimum*) (3,8%), Zinkgluconat, DL-alpha-Tocopherylacetat, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, gemischte Tocopherole, Trennmittel Siliciumdioxid, Lycopin (aus *Solanum lycopersicum*), Emulgator **Soja-Lecithine**, Feuchthaltemittel Sorbit, Coenzym Q<sub>10</sub> (0,8%), Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Carotinoid-haltiger Palmfrucht-Extrakt (aus *Elaeis guinensis*), Luteinester-haltiger Studentenblumen-Extrakt (aus *Tagetes erecta*), Farbstoff Eisenoxide, Lutein-haltiger *Tagetes erecta*-Extrakt, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Natriumselenat, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

° RE = Retinoläquivalente

°° I.E. = Internationale Einheiten

°°° alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente;

\* RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Referenzmenge vorhanden

**Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.**