

Тағамға биологиялық белсенді қоспаны қолдану жөніндегі  
НҰСҚАУЛЫҚ  
Прегна-5

**Дәрілік зат емес.**

**Прегна-5** жүкті әйелдерге, жүктілікті жоспарлау кезеңінде, босанғаннан кейінгі кезеңде және бала емізу кезінде қолдануға арналған.

Жүктілікке дайындық, жүктілік және бала емізу кезінде дұрыс тамақтану дәрумендер мен қоректік заттардың көпшілігінің организмге жеткілікті мөлшерде түсуін қамтамасыз етеді. Прегна-5 организмді, тапшылығы ана мен жаңа туған нәрестесінің организміндегі қайтымсыз өзгерістерге алып келуі мүмкін компоненттермен қамтамасыз етеді.

**Компоненттерінің сипаттамасы.**

**Докозагексаен қышқылы (ДГҚ)** адам организмінде синтезделмейтін омега-3 жартылай қанықпаған май қышқылдары (омега-3 ЖҚМҚ) тобына жатады, және сондықтан да оларды күн сайын жеткілікті мөлшерде қабылдап отырудың маңызы зор.

Омега-3 ЖҚМҚ тапшылығы жағдайында перинатальді патология, шарананың ақыл-ой және физикалық дамуының бұзылулары, жүйке жүйесінің, көрудегі, жүректің туа біткен ақаулары, жүктілік кезіндегі мерзіміне дейін көтере алмаудың дағдыға айналуы, мерзімінен бұрын босанулар, плацентарлық жеткіліксіздік, шарананың құрсақішілік дамуының тежелуі сияқты асқынулар қаупі жоғарылайды.

Омега-3 ЖҚМҚ жүктілікті жоспарлау кезінде келесілер үшін қажет:

- жыныс жасушаларының (ұрық жасушасының да, сперматозоидтардың да) жетілуі; ДГҚ жоғары дифференциациялы жыныс жасушаларының қалыптасуын қамтамасыз етеді;
- ұрықтану үдерісіне атсалысу;
- ұрықтану ықтималдығының жоғарылауы.

Омега-3 ЖҚМҚ жүктілік кезінде теңдессіз және жүктіліктің қалыпты физиологиялық ағымын қамтамасыз етеді, өйткені:

- плацентаның қалыптасуына, жетілуіне және дұрыс қызмет атқаруына ықпал етеді;
- жүктілік мерзімін қалыпқа түсіреді, олардың әсері жүктіліктің мерзіміне жетпеуінің және мерзімінен бұрын босанулардың алдын алуға бағытталады;

- плацентаның мерзімінен бұрын ажырауының дамуына кедергі келтіреді;
- гестоздар (токсикоздар) дамуын болдырмайды, жүктіліктің ағымын жақсартады;
- плацентадағы қанайналымды жақсартады;
- босанғаннан кейінгі депрессия қаупін төмендетеді, көңіл-күйді, есте сақтауды жақсартады, алмасу үдерістерін реттейді, дене салмағы коэффициентін азайтады.

Әйелдің ДГҚ жүктілік және бала емізу кезінде тұтынуы шарана мен жаңа туған нәресте көзінің торқабығының, жүйке және иммундық жүйелерінің тиісінше дамуына ықпал етеді. Шарана миының қалыптасуы жүктіліктің 9-ыншы аптасына дейін орын алады, сондықтан, ана болуды жоспарлап жүрген әйел ДГҚ қабылдауды бала көтергенге дейін бастауы тиіс. ДГҚ анасынан шаранаға плацента арқылы өтеді, сондай-ақ, емшек сүтіне бөлініп шығады.

**Фолаттар** нуклеин қышқылдарының синтезіне, ақуыздар алмасуына, жасушалардың көбеюі мен бөлінуі үдерістеріне қатысады, қан жасушаларының түзілуінде маңызды рөл атқарады. Фолаттар тапшылығымен байланысты аса ауыр патологиялардың бірі шарананың жүйке түтікшесінің жетілмеуі болып табылады. Сонымен қатар, фолаттардың тапшылығы мидың, аяқ-қолдардың, құлақтың, несеп шығару жүйесінің түрлі аномалияларының тұтас бір кешеніне, сондай-ақ, таңдай жарығының, жүрек-қантамыр жүйесі ақауларының түзілуіне алып келеді. Шарананың құрсақшілік қалыпты дамуы мен өсуі үшін маңызды фактор болашақ ананың организмінде фолаттар концентрациясының жеткілікті болуы болып табылады. Фолий қышқылын жүктілік басталғанға дейін, жүктілік кезінде және бала емізу кезінде күн сайын қабылдау ұсынылады. Фолаттарды қабылдау шаршау сезімін азайтуға және жүктілік пен бала емізу кезеңдерінде әйел организмнің физиологиялық функцияларын демеп отыруға көмектеседі.

**Темір** гемоглобиннің негізгі компоненті болып табылады және оттегінің организмдегі барлық жүйелердің жасушаларына тасымалдануына қатысатын эритроциттердің өндірілуіне ықпал етеді. Темір иммундық жүйенің дұрыс қызмет атқаруы және когнитивтік функцияларды демеп тұру үшін қажет; шаршау сезімін азайтуға және тиісінше энергетикалық алмасуды демеп тұруға көмектеседі; жасушалардың бөлінуі үдерісіне қатысады, бұл әсіресе, жүктілік кезінде маңызды.

**D дәрумені** кальций мен фосфордың сіңірілуі мен қорытылуына, қандағы кальцийдің тиісінше деңгейін ұстап тұруға ықпал етеді, жүкті әйелдің тістері мен сүйектерінің саулығын сақтауға көмектеседі, шарана қаңқасының қалыптасуына ықпал етеді және жаңа туған нәрестеде рахит дамуын болдырмайды. D дәрумені тегіс бұлшықеттер мен иммундық жүйенің қызмет атқаруын демеп тұрады, жасушалардың бөлінуі үдерісіне қатысады.

D дәруменінің жеткіліксіздігі бүкіл дүниежүзіндегі денсаулық сақтаудағы проблемалардың бірі болып есептеледі. D гиповитаминозы аналық бездердің мерзімінен бұрын сарқылуына алып келетін факторлардың бірі болуы мүмкін. D дәруменінің тапшылығы – аналық бездердің поликистозы синдромы бар, әсіресе, артық дене салмағы мен семіздігі бар әйелдерде кең таралған құбылыс.

**Йод** жүйке жүйесінің қызмет атқаруына және когнитивтік функцияларды демеп отыруға, тиісінше энергетикалық алмасудың қамтамасыз етілуіне ықпал етеді және терінің саулығын сақтап қалуға көмектеседі. Йод қалқанша без гормондарының өндірілуіне қатысады және қалқанша бездің дұрыс қызмет атқаруына ықпал етеді.

**Қолданылу саласы.** Жүктілікті жоспарлап жүрген, жүкті әйелдерге, босанғаннан кейінгі кезеңде және бала емізу кезінде тағамға биологиялық белсенді қоспа – балық майының (ДГК), D<sub>3</sub> дәруменінің, темірдің, йодтың, фолий қышқылының көзі ретінде. Тағамға биологиялық белсенді қоспа алуан түрлі диеталар мен теңдестірілген тамақтануды алмастыра алмайды.

**1 капсуланың құрамы.** Белсенді заттар: 438,6 мг балық майы, оның ішінде: 250,0 мг докозагексаен қышқылы (ДГК), 30,0 мг элементарлық темір, 600,0 мкг фолаттар, оның ішінде: 300,0 мкг фолий қышқылы (птероил-L-глутамин қышқылы) және 300,0 мкг (6S)-5-метилтетрагидрофолий қышқылының кальций тұзы, 200,0 мкг йод (калий йодиді), 15,0 мкг (600 ХБ) холекальциферол (D<sub>3</sub> дәрумені).

Қосымша заттар: гидрогенделген соя майы, ара балауызы E901, соя лецитині E322, кремнийдің қостотығы E551; капсуланың қабығы: сиыр желатині E441, глицерин E422, темірдің қара тотығы E172, темірдің қызыл тотығы E172

<b>Белсенді компонентінің атауы</b>	<b>1 капсуладағы (833 мг) мөлшері</b>	<b>Талапқа сай тұтынылу</b>
-------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------

		деңгейінің %-ы*
Барлық майы, оның ішінде:	438,6 мг	35,7 %
ДГҚ (докозагексаен қышқылы)	250 мг	
Темір	30 мг	166,6 %
Йод	200 мкг	133 %
Фолаттар, оның ішінде:	600 мкг	150 %
Фолий қышқылы (птероил- L-глутамин қышқылы)	300 мкг	
(6S)-5-метилтетрагидрофолий қышқылының кальций тұзы	300 мкг	
D <sub>3</sub> дәрумені	15 мкг (600 ХБ)	150 %

\* – талапқа сай тұтынылу деңгейінің %-ы, ЕурАзЭО Кедендік Одағының «Санитариялық-эпидемиологиялық қадағалауға (бақылауға) жататын тауарларға қойылатын бірыңғай санитариялық-эпидемиологиялық және гигиеналық талаптары».

**Тағамдық құндылығы.** 1 капсуланың құрамы: ақуыздар – 0,153 г, майлар – 0,505 г, көмірсулар – 0,009 г. Энергетикалық құндылығы құндылығы. 1 капсуланың құрамында – 21,73 кДж/5,19 ккал.

**Қолдану тәсілі.** Күніне 1 капсула, тамақтан кейін.

**Қабылдау ұзақтығы.** Жүктілікті жоспарлап жүрген, жүкті әйелдерге, босанғаннан кейінгі кезеңде және бала емізу кезінде.

**Қолдануға болмайтын жағдайлар.** Биологиялық белсенді қоспаның кез келген компонентіне аллергия болған жағдайда пайдаланбаңыз. Күн сайын тұтыну үшін ұсынылған мөлшерін арттырмау керек. Салауатты өмір салтын сақтау мен теңгерімді тамақтанудың организм саулығы жағдайын демеп тұру үшін маңызы зор.

Қолданар алдында дәрігермен кеңесу ұсынылады.

**Жарамдылық мерзімі.** 2 жыл.

**Шығарылу түрі.** Жұмсақ капсулалар; капсуланың салмағы 833 мг ( $\pm$  7,5 %); блистерде 15 капсуладан; картон қаптамада 2 блистерден.

**Сақтау шарттары.** Бөлме температурасында (15-25 °С) түпнұсқалық қаптамасында, құрғақ және жарықтан қорғалған жерде сақтау керек. Балалардың қолы жетпейтін жерде сақтау керек.

**Өткізу шарттары.** Дәріханалар желісі және арнайы дүкендер, сауда желісінің бөлімшелері арқылы сатуға арналған.

МТС № АМ.01.48.01.003.Р.000100.07.19 от 22.07.2019 г.

**Өндіруші.** Куртис Хелс Капс Сп. з о.о., Баторовский к-сі 52, Высоготово, 62-081 Прозмиерово, Польша

ЭмергоФарм Сп. з о.о. Сп. К., Юзефа Пилсудский к-сі 11, 05-510 Констанцин-Езэрна, Польша тапсырысы бойынша.

**Өтінім беруші.** Амакса Фарма ЛТД, 72 Хаммерсмит Роад, Лондон, W14 8TH, Ұлыбритания.

**Қазақстан аумағында тұтынушылардың шағымдарын қабылдауға уәкілетті ұйым.** \_\_\_\_\_

