

Navodilo za uporabo  
— RICHTER  
**FerroBio®**

RICHTER FerroBio je prehransko dopolnilo in je na voljo brez zdravniškega recepta. Vendar morate dopolnilo RICHTER FerroBio kljub temu uporabljati skrbno, da boste dosegli najboljše rezultate.

**Navodila za uporabo prehranskega dopolnila RICHTER FerroBio**

- Vzemite 1 tableto dopolnila RICHTER FerroBio na dan, s kozarcem vode.
- RICHTER FerroBio lahko jemljete dokler je treba. Čas, kako dolgo ga lahko jemljete, ni omejen. Priporočljivo je jemanje vsaj tri mesece.
- Priporočenega dnevnega odmerka se ne sme prekoračiti.
- RICHTER FerroBio ne vsebuje zdravil ali hormonov in je izdelan po farmacevtskih standardih kontrole kakovosti.
- RICHTER FerroBio je prehransko dopolnilo in ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano in zdrav slog življenja.
- RICHTER FerroBio shranjujte nedosegljivo otrokom!
- RICHTER FerroBio vsebuje **sojin** lecitin. Ne uporabljajte ga, če ste alergični na **sojo** ali katero koli drugo sestavino tega dopolnila.

**Zakaj je bil razvito prehransko dopolnilo RICHTER FerroBio?**

RICHTER FerroBio je blago prehransko dopolnilo z železom, namenjeno za uporabo v okoliščinah, ko telo izgubi več železa, kot ga absorbira. Telo samo ne more tvoriti železa, zato je odvisno od njegove redne preskrbe s hrano. RICHTER FerroBio telesu zagotavlja dodatno železo, ki je nujen mineral, pomemben za več telesnih funkcij. Ima vlogo pri nastajanju rdečih krvničk, hemoglobina in pri prenosu kisika v telesu. Poleg tega železo prispeva k sproščanju energije pri presnovi in ima vlogo pri delovanju imunskega sistema. Pomanjkanje železa lahko okrni funkcije v katerih sodeluje železo. Pripomore tudi k normalnemu kognitivnemu delovanju in k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti. Ustrezno uživanje železa je priporočljivo za dobro zdravje in počutje.

**Po čem se prehransko dopolnilo RICHTER FerroBio razlikuje od drugih pripravkov železa?**

RICHTER FerroBio vsebuje nehemsko železo v obliki železovega (II) sulfata in ima dodan hemoglobin, naravno hemske železo. To prehransko dopolnilo je bilo razvito, ker je znano, da uporabniki zgolj samo nehemske železo slabo prenašajo in to se tudi slabo absorbira.<sup>1</sup> Ena izmed sestavin prehranskega dopolnila RICHTER FerroBio je hemske železo. To se dobro absorbira v črevesju, po neodvisni poti, in ima posledično optimalno biološko uporabnost in zelo dobro prenosljivost. Le majhna količina te oblike železa se ne more absorbirati, kar ne povzroči draženja gastrointestinalnega trakta ali je to draženje le minimalno. Raziskave kažejo, da lahko dodatek hemskega železa fiziološkim odmerkom dvovalentnega železa v tabletah poveča količino absorbiranega železa.<sup>2</sup> Večja absorpcija in prenosljivost vodita k boljši fiziološki učinkovitosti. Na absorpcijo hemskega železa ne vplivajo ne želodčna kislost ne hrana ali pijače.

**Kdaj je priporočljiva uporaba prehranskega dopolnila RICHTER FerroBio?**


RICHTER FerroBio je mogoče uporabljati v primerih povečane potrebe po železu. Primeren je za osebe, starejše od 14 let. Posebej primeren je za ženske, ki načrtujejo nosečnost, ženske pred menopavzo in starejše osebe. RICHTER FerroBio ni nadomestilo za uravnoteženo prehrano, a lahko koristi v primeru povečanih potreb po železu, npr. pri mladih ljudeh, pri izgubi krvi zaradi menstruacij ali drugih vzrokov, pri nosečnicah in športnikih, ali pri prehranskih omejitvah, npr. v primeru hujšanja ali pomanjkanja apetita. RICHTER FerroBio je primeren tudi kot prehransko dopolnilo po izgubi krvi. Ne uporabljajte dopolnila RICHTER FerroBio, če imate anemijo, ki ni posledica pomanjkanja železa, če trpite zaradi preobremenitve z železom, ali če imate motnje v izrabi železa.

**Se prehransko dopolnilo RICHTER FerroBio lahko uporablja sočasno z drugimi zdravili?**

RICHTER FerroBio jemljite, kot je priporočeno v navodilih. Ne uporabljajte drugih pripravkov z železom, medtem ko jemljete dopolnilo RICHTER FerroBio.

**Se lahko med jemanjem prehranskega dopolnila RICHTER FerroBio pojavijo kakšni neželeni učinki?**

To prehransko dopolnilo vsebuje železo. Prekomerno uživanje železa lahko škoduje zelo majhnim otrokom. Železo lahko povzroči iztrebljanje temnejšega ali zelenega blata. To je normalno in ni razlog za skrb. V primeru naključnega prevelikega odmerjanja prehranskega dopolnila dopolnilo neahajte jemati in se takoj posvetujte z zdravnikom.

product name Richter FerroBio	labelling number K-29309-1.4	country code SI	design code -	plant code -	item code -	version v_01	
colour P Black	printing technology	font (size [leading]): Helvetica Neue LT Com (9 pt [10,8 pt])			Studio Mucius Scaevola Kft.	date 2020.09.18.	made by PALMAI Dorottya
packaging material PIL	size 148 x 300 mm						

### Kaj vsebuje prehransko dopnilo RICHTER FerroBio?

RICHTER FerroBio je prehransko dopnilo z železom, ki pomaga zadostiti vašim potrebam po železu. Vsebnost aktivnih sestavin je naslednja:

	Na 1 tableto	% PDV
Skupno železo (iz železovega (II) sulfata in hemoglobina)	18 mg	129%
Hemoglobin	519 mg	*

PDV ES = priporočen dnevni vnos

\* Ni sprejete referenčne vrednosti za hranilo.

Sestavine: goveji hemoglobin v prahu; sredstvo za povečanje prostornine - mikrokristalična celuloza; železov (II) sulfat; sredstvo za uravnavanje kislosti - kalcijev fosfat; stabilizator - polivinilpolipirrolidon; sredstvi proti sprijemanju - magnezijeve soli maščobnih kislin, silicijev dioksid; glazirno sredstvo - polivinil alkohol; sredstvo za zgoščevanje - hidroksipropilmetil celuloza; barvila - železovi oksidi in hidroksidi, titanov dioksid, indigotin; glazirno sredstvo - smukec; emulgator - polietilenglikol; želirno sredstvo - polidekstroza; emulgator - lecitin (vsebuje sojo); srednjeveržni trigliceridi iz kokosovega olja.

### Dodatne informacije o prehranskem dopnilu RICHTER FerroBio

RICHTER FerroBio je na voljo v rdečih, filmsko obloženih tabletah kapsulaste oblike, ki so pakirane v pretisnih omotih; v 1 pretisnem omotu je 20 tablet in ena škatla vsebuje 2 pretisna omota.

Rok uporabnosti izdelka je 36 mesecev po datumu proizvodnje. Dopolnila RICHTER FerroBio ne smete uporabljati po datumu izteka roka uporabnosti, ki je naveden na pretisnem omotu in na škatlici poleg oznake "Uporabno najmanj od konca". Rok uporabnosti dopnila se izteče na zadnji dan navedenega meseca.

Prehransko dopnilo RICHTER FerroBio je registrirana blagovna znamka in po Uredbi Sveta (EGS) št. 834/2007 ni ekološki proizvod.

Shranjujte na hladnem (15–25 °C), suhem mestu. Shranjujte zaščiteno pred vročino in vlago. Ne shranjujte v kopalnici. Shranjujte nedosegljivo otrokom!

Proizvajalec: proizvedeno v Belgiji za GlobiFer Intl.

Distributer: Gedeon Richter Plc., Gyömrői út 19-21. 1103 Budimpešta, Madžarska



Več informacij na voljo: Gedeon Richter d.o.o. Verovškova ulica 55, 1000 Ljubljana, Slovenija

<sup>1</sup> World Health Organization: Vitamin and Mineral Requirements in Human Nutrition 2nd Edition. 2004.

<sup>2</sup> Ekman M, Reizenstein P. Comparative absorption of ferrous and heme-iron with meals in normal and iron deficient subjects. Z Ernährungswiss. 1993;32:67–70.

 GEDEON RICHTER

K-29309-1.4

product name	labelling number	country code	design code	plant code	item code	version	
Richter Ferrobio	K-29309-1.4	SI	-	-	-	v_01	
colour  P Black	printing technology	font (size [leading]): Helvetica Neue LT Com (9 pt [10,8 pt])			Studio Mucius Scaevola Kft.	date 2020.09.18.	made by PALMAI Dorottya
packaging material PIL	size 148 × 300 mm						