

# LEIDAPHARM FOLIUMZUUR 0,5 mg

## Productinformatie

### Informatie voor de gebruiker

Lees voor het gebruik van dit middel deze productinformatie goed door.

Als u nog vragen heeft over het gebruik van dit product, neem dan contact op met uw apotheker of uw huisarts.

### Waarom is foliumzuur belangrijk?

Dagelijks gebruik van foliumzuur draagt bij tot de groei van het ongeboren kindje tijdens de zwangerschap. Daarnaast draagt foliumzuur bij tot een normale bloedvorming en helpt het vermoeidheid verminderen. Vrouwen die zwanger willen worden hebben een verhoogde behoefte aan foliumzuur. Een normale gezonde voeding bevat echter niet voldoende foliumzuur om in deze verhoogde behoefte te voorzien.

De gezondheidsraad adviseert alle vrouwen die zwanger willen worden en vrouwen die zwanger zijn om dagelijks 400 microgram (= 0,4 mg) extra foliumzuur in te nemen. De Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tablet voorziet dus in die behoefte.

Deze dagelijkse extra inname wordt aanbevolen gedurende tenminste 4 weken voor de conceptie (of vanaf het ontstaan van de zwangerschapswens) tot en met 8 weken na de conceptie.

### Samenstelling van Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten

De tabletten bevatten foliumzuur (0,5 mg = 250% van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor mensen zonder verhoogde behoefte). Andere bestanddelen van de tabletten zijn: lactose, cellulose (E460), crosslinked-carboxymethylcellulose (E468), magnesiumstearaat (E470b) en siliciumdioxide (E551).

### Voor wie is Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg bestemd?

Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg is bestemd voor alle vrouwen die zwanger willen worden of waarbij de zwangerschap net is geconstateerd.

Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg draagt bij tot de groei van het ongeboren kindje tijdens de zwangerschap, draagt bij tot een normale bloedvorming en helpt vermoeidheid te verminderen.

### Hoe gebruikt u Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten

Begin het gebruik van Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten 4 weken voor de conceptie (of vanaf het ontstaan van de zwangerschapswens) en houd dit vol tot en met 8 weken na de conceptie. Ook als de zwangerschap net is geconstateerd is en van te voren geen foliumzuur gebruikt is, is het raadzaam alsnog

Leidapharm Foliumzuur dagelijks te gebruiken tot en met 8 weken na de conceptie (= 10 weken na de eerste dag van de laatste menstruatie). Dagelijks gebruik van 1 tablet Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg kan met een gerust gevoel langere tijd worden aangehouden ook als de zwangerschap op zich laat wachten.

Dagelijks 1 tablet met een ruime hoeveelheid water innemen, bij voorkeur tijdens de maaltijd.

### Waar moet u op letten bij Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg

Het wordt aanbevolen Leidapharm Foliumzuur niet te gebruiken bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen.

De aanbevolen dagdosering niet overschrijden. Het langdurig gebruik van foliumzuur in hogere doseringen dan de aanbevolen dagdosering (1 tablet per dag) kan een tekort aan vitamine B12 in de voeding verhullen. Bij gebruik van medicijnen (o.a. tegen epilepsie) is het verstandig voor het gebruik eerst uw arts te raadplegen.

### Voedingssupplement

Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg is een voedingssupplement.

Een voedingssupplement is geen vervanging van een gevarieerde voeding.

### Hoe zijn Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten verpakt?

Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten zijn verkrijgbaar in een verpakking van 30 tabletten (2 doordrukstrips van 15 tabletten).

### Hoe moet Leidapharm Foliumzuur 0,5 mg tabletten worden bewaard?

Bewaar de tabletten in de oorspronkelijke verpakking in een droge omgeving bij kamertemperatuur (15-25 °C). U kunt de tabletten gebruiken tot en met de op de verpakking vermelde datum achter "Exp".

Buiten bereik en zicht van kinderen bewaren

### Verantwoordelijk voor het in de handel brengen in Nederland

Leidapharm B.V.  
Archimedesweg 2  
2333 CN Leiden

Deze productinformatie is voor de laatste keer herzien in april 2014.