



FERTIL PRO® POUR FEMMES + Reishi

NPN	80086935	FORMAT	90 tablets
INDICATIONS	Fertil Pro pour Femmes est conçu pour optimiser la fertilité chez les femmes fertiles et hypofertiles. Il est indiqué pour toutes les femmes en période de préconception.	POSOLOGIE	1 tablet per day for 3 to 6 months

COMPOSITION

Acide folique	1 mg	Reishi	50 mg
Vitamine B6.....	2 mg	Magnésium	120 mg
Vitamine B12	0,28 mcg	Fer.....	22 mg
Vitamine A	5000 UI	Zinc	20 mg
Vitamine D3	1000 UI	Cuivre	2 mg

DOCUMENTATION

Fertil Pro® pour Femmes est un supplément entièrement naturel. Un système immunitaire affaibli, la fatigue, le stress et l'oxydation diminuent les chances de concevoir un enfant. C'est pourquoi cette formule a été élaborée à partir de données scientifiques et cliniques afin d'optimiser la fertilité, de façon sécuritaire et naturelle, dans le cadre d'un régime alimentaire et d'un mode de vie sain. Notre combinaison unique de minéraux et de vitamines permet de réduire le stress, de neutraliser le stress oxydatif, et de renforcer le système immunitaire¹.

Les carences nutritionnelles sont difficiles à détecter, cependant il est reconnu que certains oligoéléments pourraient être utiles pour prévenir plusieurs complications de la grossesse et réduire les risques d'anomalies du tube neural. Les efforts visant à sensibiliser la population aux régimes alimentaires sains devraient non seulement être renforcés durant la grossesse, mais également avant celle-ci.

VITAMINE B : ACIDE FOLIQUE B9 (1MG), B6 (2MG), B12 (0,28 MCG),

Dans un contexte de planification de grossesse, la supplémentation en acide folique est un excellent réflexe santé². L'acide folique appartient à la famille des vitamines B. Toutes les vitamines B sont essentielles durant la période de préconception. L'apport en acide folique sert à favoriser la conception et la santé du fœtus chez les femmes végétariennes ou qui mangent peu de produits d'origine animale (viandes, poissons, œufs, produits laitiers). Combinée à des vitamines prénatales, telles que les vitamines B6 et B12, la prise d'acide folique dès la période de préconception diminue les risques de maladies congénitales, notamment des anomalies neurologiques. Des études ont démontré que le fait de donner de la vitamine B6 aux femmes ayant des difficultés à concevoir augmentait la fertilité¹. Les taux de vitamines B6 et B12 diminuent naturellement lors de la grossesse³. Cependant, l'absence d'apport

nutritionnel riche en vitamine B6 et B12 augmente les risques d'anémie et de pré-éclampsie chez la mère, et d'anomalies squelettiques et neuromotrices chez l'enfant.

VITAMINE A : (ACÉTATE) 5000 UI

Les bienfaits de la vitamine A pendant la période préconceptionnelle et la grossesse sont connus. Elle favorise l'implantation, le développement embryonnaire, et la formation du placenta⁸. Plus spécifiquement, la vitamine A intervient dans la synthèse des hormones ovariennes, favorise la qualité des ovules, et prévient les malformations^{4,5}.

VITAMINE D3 1000 UI : CHOLÉCALCIFÉROL

La vitamine D3 est reconnue pour la croissance osseuse et le maintien de l'équilibre du système immunitaire. Un déficit en vitamine D est fréquemment observé chez les femmes entre le début de l'automne et la fin de l'hiver⁶. Il est prouvé que la vitamine D exerce des effets bénéfiques sur la reproduction féminine, y compris sur les résultats de la fécondation in vitro (FIV), le Syndrome des ovaires polykystiques (SOPK) et l'endométriase^{1,7}. Chez les femmes atteintes de SOPK, des niveaux bas de 25-hydroxyvitamine-D (25 (OH) D) sont associés à l'obésité, à des troubles métaboliques et endocriniens qui peuvent être améliorés par un supplément de vitamine D. En outre, la vitamine D pourrait influencer la synthèse des hormones sexuelles (estradiol et progestérone) chez les femmes en bonne santé. Des observations cliniques indiquent que les femmes carencées en vitamine D pendant la grossesse ont plus de risques de développer un diabète gestationnel, une prééclampsie, ou une vaginose bactérienne et sont plus enclines à donner naissance à un enfant à faible poids⁸. Aussi, la supplémentation en vitamine D est indiquée dès la période préconceptionnelle.

REISHI: GANODERMA LUCIDUM 50 MG (10 :1 500MG)

Le Reishi est un champignon médicinal adaptogène reconnu pour ses propriétés antioxydantes et immunomodulatrices⁹. L'ensemble des molécules qu'il contient ont de nombreux effets bénéfiques sur la santé notamment, renforcer et nourrir la flore intestinale, stimuler le système immunitaire, ralentir le vieillissement et prévenir des infections virales et bactériennes. De plus, le Reishi possède des propriétés anti-inflammatoires et anti-cancers. Ses propriétés immunomodulatrices sont intéressantes pour les femmes dont l'infertilité pourrait avoir un lien avec une anomalie du système immunitaire (fausses couches à répétition, échec d'implantation et endométriase).

MAGNÉSIUM: MAGNÉSIUM HVP CHELATE 20% 120 MG

Le magnésium est la molécule du « ZEN ». C'est un minéral essentiel au bon fonctionnement de l'organisme, notamment pour la fonction utérine. Sa principale propriété est liée à son action sur le système nerveux, mais il possède de nombreux autres bienfaits notamment au niveau des muscles, du cœur, des os et du système immunitaire. Il est particulièrement conseillé aux personnes stressées ou carencées¹⁰. Le magnésium contribue aussi à la prévention des maladies cardiovasculaires, des migraines, du diabète, de l'asthme sévère, du sommeil difficile, des douleurs prémenstruelles et de la prééclampsie¹¹⁻¹³.

FER : FUMARATE 60%, FE 19.72% (22 MG), ZINC : GLUCONATE 13.3% ZN, CUIVRE: HVP CHELATE, 10% CU

Les besoins en minéraux augmentent lors de la grossesse. La vitamine B6 améliore l'absorption du Fer, ce qui prévient l'anémie maternelle et ses conséquences sur le fœtus. Les femmes enceintes ont besoin de plus de Fer à cause de l'augmentation du volume sanguin et du fait que lors du troisième trimestre de la grossesse, le fœtus emmagasine les réserves de fer dont il aura besoin pendant

les six premiers mois de sa vie. Ceci aura un effet sur le développement normal du cerveau du nourrisson. Le zinc, le cuivre et le fer partagent le même rôle sur le cerveau du nourrisson, de plus grâce à leurs propriétés antioxydantes, le zinc et le cuivre stimulent le système immunitaire¹⁴. Le zinc est un élément-trace essentiel qui participe à de multiples fonctions biologiques. Il agit généralement comme un antioxydant. Le zinc est le nutriment le plus généralement étudié dans le cadre de la fertilité masculine et féminine. C'est un composant essentiel du matériel génétique et une carence en zinc peut entraîner des changements chromosomiques, une réduction de la fertilité et un risque accru d'avortement spontané.

RÉFÉRENCES

- 1 Ozkaya, M. O. & Naziroglu, M. Multivitamin and mineral supplementation modulates oxidative stress and antioxidant vitamin levels in serum and follicular fluid of women undergoing in vitro fertilization. *Fertil Steril* 94, 2465-2466, doi:10.1016/j.fertnstert.2010.01.066 (2010).
- 2 Goh, Y. I., Bollano, E., Einarson, T. R. & Koren, G. Prenatal multivitamin supplementation and rates of congenital anomalies: a meta-analysis. *J Obstet Gynaecol Can* 28, 680-689 (2006).
- 3 Dror, D. K. & Allen, L. H. Interventions with vitamins B6, B12 and C in pregnancy. *Paediatr Perinat Epidemiol* 26 Suppl 1, 55-74, doi:10.1111/j.1365-3016.2012.01277.x (2012).
- 4 Clagett-Dame, M. & Knutson, D. Vitamin A in reproduction and development. *Nutrients* 3, 385-428, doi:10.3390/nu3040385 (2011).
- 5 Best, M. W. et al. A role for retinoids in human oocyte fertilization: regulation of connexin 43 by retinoic acid in cumulus granulosa cells. *Mol Hum Reprod* 21, 527-534, doi:10.1093/molehr/gav017 (2015).
- 6 Rodriguez-Dehli, A. C. et al. [Prevalence of vitamin d deficiency and insufficiency and associated factors in pregnant women of northern Spain]. *Nutr Hosp* 31, 1633-1640, doi:10.3305/nh.2015.31.4.8448 (2015).
- 7 Ozkan, S. et al. Replete vitamin D stores predict reproductive success following in vitro fertilization. *Fertil Steril* 94, 1314-1319, doi:10.1016/j.fertnstert.2009.05.019 (2010).
- 8 Aghajafari, F. et al. Association between maternal serum 25-hydroxyvitamin D level and pregnancy and neonatal outcomes: systematic review and meta-analysis of observational studies. *BMJ* 346, f1169, doi:10.1136/bmj.f1169 (2013).
- 9 Sanodiya, B. S., Thakur, G. S., Baghel, R. K., Prasad, G. B. & Bisen, P. S. *Ganoderma lucidum*: a potent pharmacological macrofungus. *Curr Pharm Biotechnol* 10, 717-742 (2009).
- 10 Seelig, M. S. Consequences of magnesium deficiency on the enhancement of stress reactions; preventive and therapeutic implications (a review). *J Am Coll Nutr* 13, 429-446 (1994).
- 11 De Souza, M. C., Walker, A. F., Robinson, P. A. & Bolland, K. A synergistic effect of a daily supplement for 1 month of 200 mg magnesium plus 50 mg vitamin B6 for the relief of anxiety-related premenstrual symptoms: a randomized, double-blind, crossover study. *J Womens Health Gend Based Med* 9, 131-139, doi:10.1089/152460900318623 (2000).
- 12 de Baaij, J. H., Hoenderop, J. G. & Bindels, R. J. Magnesium in man: implications for health and disease. *Physiol Rev* 95, 1-46, doi:10.1152/physrev.00012.2014 (2015).
- 13 Guerrero, M. P., Volpe, S. L. & Mao, J. J. Therapeutic uses of magnesium. *Am Fam Physician* 80, 157-162 (2009).
- 14 Hovdenak, N. & Haram, K. Influence of mineral and vitamin supplements on pregnancy outcome. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol* 164, 127-132, doi:10.1016/j.ejogrb.2012.06.020 (2012).