



Famosan®
**Overgang
Totaal**^{1*}

Voedingssupplement
Kruidenpreparaat met mineralen

Overgangstabletten^{1*}

Gebruiken bij

Brede formule bij veelvoorkomende overgangsverschijnselen^{1*}:

¹Cimicifuga helpt bij:

- (nachtelijke) opvliegers*
- stemmingswisselingen*

²Duindoornbes helpt bij:

- droge huid, ogen, vagina en mond*

³Zink is goed voor:

- het geheugen
- een normale (vet)stofwisseling

⁴Magnesium helpt bij:

- vermoeidheid
- het behoud van soepele spieren en sterke botten.

De overgang

De overgang is een levensfase waarin iedere vrouw terecht komt. Deze fase begint wanneer de hormonen die de menstruatie regelen (oestrogeen en progesteron) gaan schommelen. Door die hormonale schommelingen verandert de menstruatie en kunnen verschillende overgangsverschijnselen ontstaan. Uiteindelijk stopt de menstruatie helemaal en komt er een einde aan de vruchtbare jaren.

Brede ondersteuning

A.Vogel Famosan Totaal biedt brede ondersteuning bij veelvoorkomende overgangsverschijnselen^{1*} zoals (nachtelijke) opvliegers^{1*}, stemmingswisselingen^{1*} en droge ogen, mond, vagina en huid^{2*}. Het is een natuurlijk product dat het overgangsproces intact^{1*} houdt. De plantenextracten en mineralen ondersteunen het lichaam tijdens de overgangsfase.

Dosering en gebruik

2x *daags 1 tablet* voor de maaltijd met wat water innemen. Het product kan langdurig gebruikt worden.

Belangrijk om te weten voor het gebruik van A.Vogel Famosan Totaal

De aangegeven dosering niet overschrijden. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

Niet gebruiken bij

- Raadpleeg voor gebruik een arts bij (een geschiedenis van) leveraandoeningen. Stop met gebruik bij verschijnselen van leverschade.
- Raadpleeg een arts in geval van een behandeling (nu of in het verleden) voor hormoongevoelige kanker.
- Gebruik dit product niet bij overgevoeligheid voor een van de componenten.
- Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.

Combinatie met andere producten

Dit product kan in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruikt worden. Raadpleeg bij twijfel arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

In de aanbevolen hoeveelheden wordt het product in het algemeen prima verdragen. Raadpleeg bij leverproblemen voorafgaand aan gebruik de (huis)arts.

Ingrediënten

Duindoornbesextract (Hippophae rhamnoides) 38%; magnesiumcitraat; vulstof (cellulose, mannitol); maltodextrine; *soja-extract*; versterkingsmiddel (vernet cellulosegom, siliciumdioxide); zilverkaarsextract (Cimicifuga racemosa); glansmiddel (magnesiumstearaat); zinkcitraat.

Een dagdosering van 2 tabletten bevat de inhoudsstoffen van 6000 mg duindoornbessen en 8 mg zilverkaarsextract gestandaardiseerd op 2,5% triterpeenglycosiden en 56,3 mg magnesium (15% RI*) en 1,5 mg zink (15% RI*).

*Referentie-inname van een volwassene

Bewaren

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden. Bewaren beneden 25°C.

Verpakking

A.Vogel Famosan Totaal is verkrijgbaar in een verpakking van 60 stuks.

Persoonlijk advies

Wie gezond wil leven eet gevarieerd en gezond, beweegt verantwoord en zorgt voor voldoende afwisseling tussen inspanning en ontspanning. Soms kan je lichaam even wat extra ondersteuning gebruiken. De natuurlijke producten van A.Vogel zijn met de grootste zorg en volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten gemaakt om jouw



gezondheid te ondersteunen. Meer informatie? Kijk op www.avogel.nl of stuur een e-mail naar info@avogel.nl.

Overgang en leefstijl

- Eet magnesiumrijk. Dit is goed voor de geestelijke veerkracht en draagt bij aan extra energie bij vermoeidheid. Noten, avocado's, peulvruchten, vette vis en groene bladgroenten zijn o.a. rijk aan magnesium.
- Veel vrouwen wuiven zich verkoeling toe wanneer ze een opvlieger hebben. Hoe drukker jij je maakt, hoe warmer je het krijgt. Focus op je ademhaling. Diep door de neus inademen en rustig uitademen door de mond. Zo gaat je hartslag naar beneden en merk je dat je je snel beter voelt.
- Beweeg minimaal 30 minuten per dag. Vrouwen die regelmatig bewegen krijgen minder snel opvliegers. Daarnaast maak je door te bewegen gelukshormonen aan die zorgen voor een goed gevoel en energie geven.

Natuurlijk gezond

Bij A.Vogel maken we natuurlijke zelfzorgproducten. De planten die in de ecologische A.Vogel tuinen op de Veluwe groeien, verwerken we in veel van onze producten. Jaarlijks oogsten onze tuinmannen zo'n 50.000 kilo planten per jaar op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. De kwaliteitsmedewerkers van het laboratorium testen dit uitvoerig. Direct na de oogst verwerken we de planten en maken we er hoogwaardige producten van. Door voortdurend onderzoek weten we dat planten vol actieve werkstoffen zitten. Dat fascineert ons. Hierdoor zijn we altijd op zoek naar hoe we de kracht van de natuur kunnen gebruiken in nieuwe toepassingen voor jouw gezondheid.

A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

Alles wat we in de A.Vogel tuinen doen, doen we met de grootste passie voor de natuur en jouw gezondheid. Zo kweken we al onze planten uitsluitend ecologisch (EKO-keurmerk), zonder kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen. Dat doen we om de natuur te sparen en onze ingrediënten zo zuiver mogelijk te houden.

Zorg voor het milieu

A.Vogel streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakkingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.

A.Vogel Famosan Overgang assortiment voor vrouwen in de overgang:

Famosan Salvia – Basisformule bij opvliegers en/of (nachtelijk) transpireren^{5*}.

Famosan Salvia sterk^{**} - Krachtige^{**} formule. Helpt bij opvliegers en/of (nachtelijk) transpireren^{5*}.

Famosan gewichtsbeheersing^{6*} – Formule voor gewichtsbeheersing^{6*} en bij opvliegers^{5*}.

Famosan slaap^{7*} - Formule die helpt om lekker te slapen^{7*} en bij nachtzweeten^{5*}.

¹Cimicifuga, ²Duindoornbes, ³Zink, ⁴Magnesium,

⁵Salvia officinalis, ⁶Yerba mate en ⁷Citroenmelisse.

^{*}Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating.

^{**}Famosan Salvia sterk is gebaseerd op 3400 mg Salvia t.o.v. 2000 mg in de basisformule Famosan Salvia.



A.Vogel B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg

De tekst van deze gebruiksaanwijzing is voor het laatst gewijzigd in februari 2023.

