Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

Dane aktualne na dzień: 17-11-2026 21:47

Link do produktu: https://kawkaje.com/prena-complete-care-30-kapsulek-twardych-30-kapsul-p-201.html



PRENA complete CARE 30 kapsułek twardych,30 kapsuł

Cena	**59,90 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Numer katalogowy	**ALIPRECOMCARKAP**

Opis produktu

PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących

PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących to suplement diety przeznaczony do stosowania przez cały okres ciąży oraz karmienia piersią. Formuła produktu dostarcza kluczowe składniki odżywcze rekomendowane przez Polskie Towarzystwo Ginekologów i Położników (PTGiP), w tym witaminę D, kwas foliowy w postaci aktywnego folianu oraz DHA.

Produkt zawiera biodostępne formy witamin i składników mineralnych, starannie dobrane pod kątem zwiększonego zapotrzebowania organizmu kobiety w okresie prenatalnym i niemowlęcym. Skład uzupełniono o cholinę, magnez, witaminy z grupy B oraz selen, wspierające organizm przyszłej mamy.

Formuła nie zawiera jodu ani żelaza, co umożliwia ich indywidualny dobór zgodnie z aktualnymi zaleceniami i wynikami badań, a także zwiększa bezpieczeństwo stosowania u kobiet z chorobami autoimmunologicznymi, w tym Hashimoto.

Zawartość opakowania: 60 kapsułek (30 kapsułek twardych VEGE + 30 kapsułek miękkich)

Składniki	1 kapsułka(porcja dzienna)	% RWS
Kapsułka twarda: Cholina Vitacholine™	300 mg	-
Magnez (cytrynian magnezu)	60 mg	16 %
Witamina B6 (fosforan-6-pirydoksalu)	2,8 mg	200 %
Folian Quatrefolic®	800 µg	400 %
Selen L-selenometionina	55 µg	100 %
Witamina B12 (metylokobalamina)	5 µg	200 %
Kapsułka miękka: Olej omega z alg DHA ORIGINS 510®	590 mg	-
w tym DHA (kwas dokozaheksaenowy)	300 mg	-
Witamina D (cholekalcyferol)	50 µg / 2000 IU	1000 %

*RWS – Dzienna Referencyjna Wartość Spożycia dla osoby dorosłej.

Składniki twardej kapsułki: dwuwinian choliny (cholina Vitacholine™), cytrynian magnezu (magnez), fosforan-5-pirydoksalu (witamina B6), sól glukozaminowa kwasu (6S)-5-metylotetrahydrofoliowego (folian Quatrefolic®), selen (L-selenometionina), metylokobalamina (witamina B12); otoczka kapsułki: hydroksypropylometyloceluloza (substancja wiążąca).

Wpływ składników na organizm matki i rozwój dziecka:

- Spożywanie kwasu dokozaheksaenowego (DHA) przez matkę wspomaga prawidłowy rozwój oczu i mózgu u płodu oraz u niemowląt karmionych piersią.
- Foliany przyczyniają się do wzrostu tkanek matczynych w czasie ciąży oraz zmniejszają ryzyko rozwoju wad cewy

nerwowej u rozwijającego się płodu.
- Selen pomaga w prawidłowej produkcji hormonów tarczycy oraz w jej prawidłowym funkcjonowaniu.
- Magnez pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów.
- Witamina B6 przyczynia się do regulacji aktywności hormonalnej.
- Witamina B12 bierze udział w procesie podziału komórek oraz przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- Witamina D wpływa na prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego oraz na prawidłowy wzrost i rozwój kości u dzieci.
- Witaminy B6, witamina B12, cholina oraz foliany pomagają w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny.

Kompleksowe wsparcie suplementacyjne w okresie ciąży i karmienia piersią
PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących to kompleksowe wsparcie suplementacyjne dla kobiet przez cały okres ciąży oraz karmienia piersią. Produkt dostarcza składniki odżywcze rekomendowane przez Polskie Towarzystwo Ginekologów i Położników (PTGiP) – witaminę D, kwas foliowy (w postaci aktywnego folianu) oraz DHA (kwas dokozaheksaenowy) – które korzystnie wpływają na rozwój dziecka w okresie prenatalnym oraz karmienia piersią.

Skład produktu rozszerzono także o witaminy i minerały, które dodatkowo wspierają organizm przyszłej mamy – wspomagają prawidłowe funkcjonowanie tarczycy oraz gospodarkę hormonalną, a także pomagają utrzymać właściwy poziom homocysteiny, przyczyniając się do bezpiecznego przebiegu ciąży.

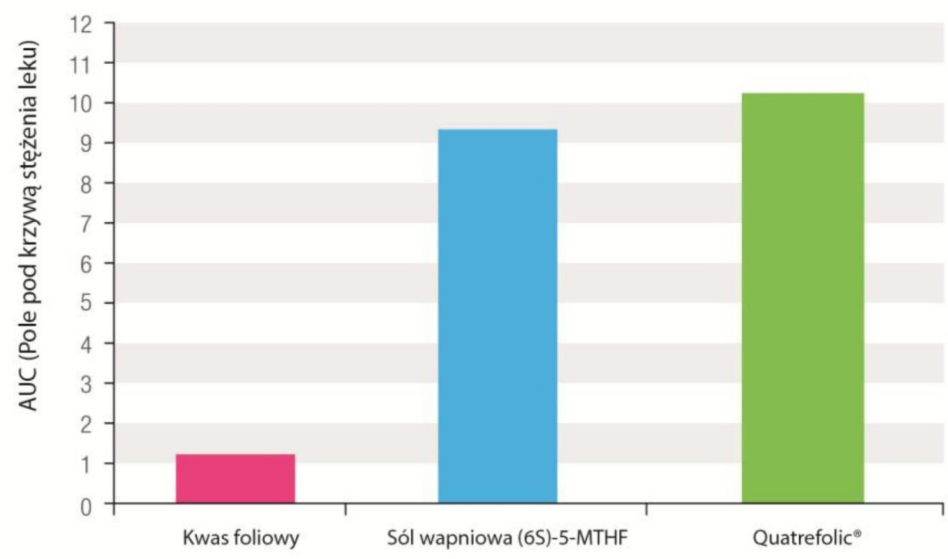


Znaczenie odpowiedniej suplementacji od pierwszych dni ciąży

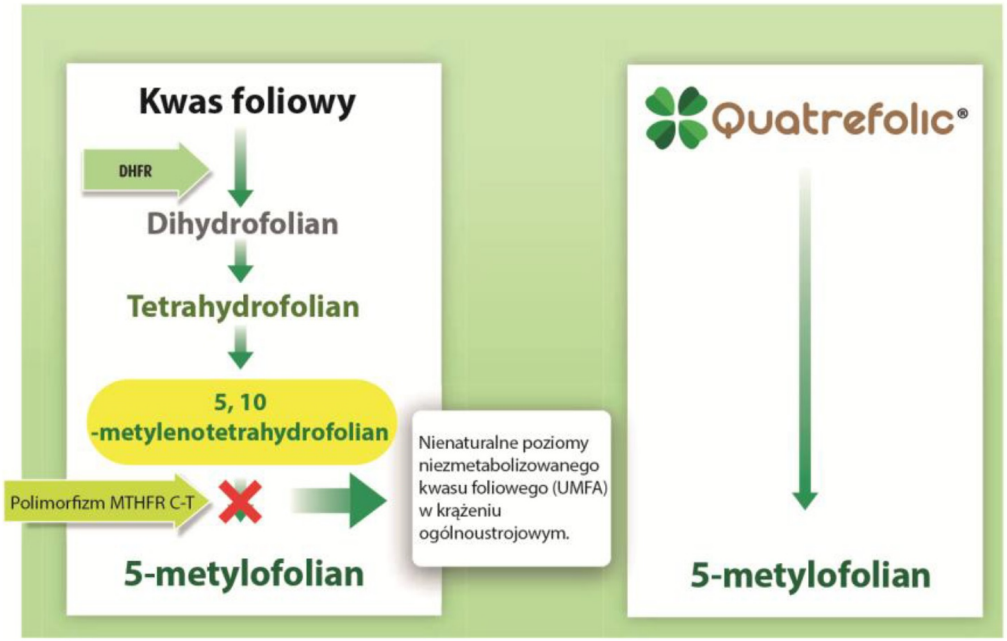
Czy wiesz, że już pierwsze dni ciąży mogą mieć wpływ na całe życie Twojego dziecka?
Eksperci zgodnie uważają, że ciąża to okres wzmożonego zapotrzebowania na wiele składników odżywczych. Dostarczenie ich w odpowiednich ilościach już od pierwszych dni ciąży, aż po okres karmienia piersią, odgrywa ogromną rolę w prawidłowym rozwoju dziecka – zarówno w okresie płodowym, jak i po narodzinach oraz w jego dalszym życiu. Dlatego pomimo wszelkich starań stosowania się do zasad zbilansowanej diety, przyszłym mamom zaleca się suplementowanie kilku podstawowych substancji odżywczych, na które zapotrzebowanie w ciąży znacznie wzrasta i które wywierają szczególny wpływ na bezpieczny przebieg ciąży oraz na zdrowie fizyczne i psychiczne dziecka.

Zadbaj o układ nerwowy Twojego dziecka
Lekarze i eksperci są zgodni co do tego, że odpowiedni poziom folianów w organizmie kobiety ma pozytywny wpływ na przebieg ciąży oraz prawidłowy rozwój dziecka. Foliany przyczyniają się bowiem do wzrostu tkanek matczynych oraz zmniejszają ryzyko rozwoju wad cewy nerwowej u rozwijającego się płodu.
PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących efektywnie uzupełnia niedobory folianów, ponieważ w produkcie zastosowano tylko jedną, najbardziej biodostępną formę kwasu foliowego w postaci folianu 5-MTHF Quatrefolic®, w najwyższej dawce 800 µg/kaps. (dawka zalecana przez PTGiP).
Folian Quatrefolic® jest od razu aktywny i gotowy do działania. Nie musi być najpierw przekształcany do aktywnej formy chemicznej, jak ma to miejsce w przypadku tradycyjnego kwasu foliowego. Dlatego uzupełnia poziom folianów w organizmie zaraz po przyjęciu, a jego wysoką biodostępność potwierdzono licznymi badaniami.

Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com



Wartość szczytowa (6S)-5-metylotetrahydrofolianu we krwi wywołana przez równoważną dawkę wskazanego źródła folianu.



Suplementacja Quatrefolic® umożliwia natychmiastową dostępność biologiczną 5-metylotetrahydrofolianu, w celu jego działania biologicznego bez metabolizowania w organizmie.

Zadbaj o prawidłowy wzrok i rozwój mózgu Twojego dziecka
DHA (kwas dokozaheksaenowy), czyli jeden z niezbędnych kwasów tłuszczowych omega-3, jest szczególnie ważnym składnikiem odżywczym w okresie ciąży oraz karmienia piersią. Spożywanie DHA przez matkę wspomaga prawidłowy rozwój oczu i mózgu u rozwijającego się płodu oraz u niemowląt karmionych piersią. W okresie ciąży i karmienia piersią zaleca się spożywanie co najmniej 200 mg DHA dziennie (rekomendacja PTGiP).
Każda miękka kapsułka PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących dostarcza 300 mg DHA w postaci naturalnych trójglicerydów pochodzących z alg, zawartych w wysokiej jakości oleju DHA ORIGINS®.
PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących to nowoczesna i bezpieczna suplementacja DHA przez cały okres ciąży i karmienia piersią – bez nieprzyjemnego posmaku i odbijania się „rybą”.
Kobietom szczególnie narażonym na niedobory DHA (np. niejedzącym ryb lub spożywającym ich małe ilości) polecamy

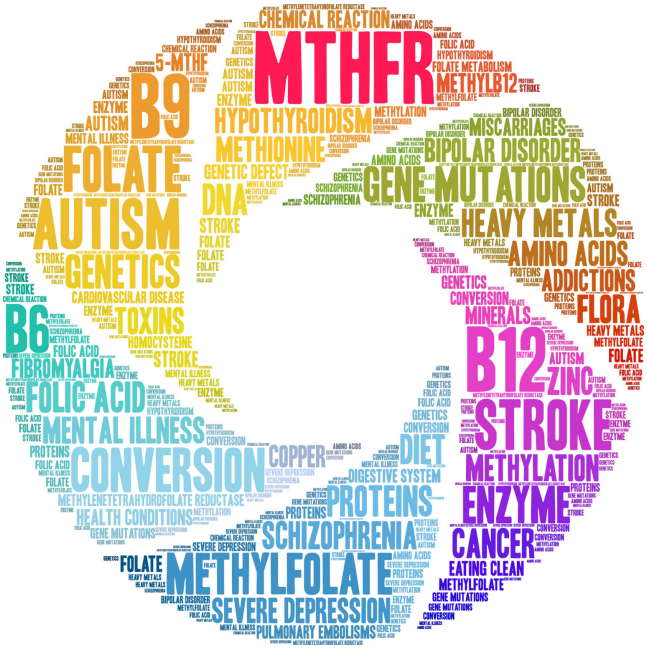
Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

dodatkową suplementację jednym z naszych produktów Aliness opartych na oleju z alg DHA ORIGINS® – Vegan Omega 3 lub Vegan Omega 3 FORTE, w dawkach 250 mg/kaps. lub 500 mg/kaps.

Zwiększ odporność organizmu i mineralizację kości
Ciąża to czas zwiększonego zapotrzebowania na witaminę D, która przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania układu odpornościowego, a także wspomaga układ kostny, w tym okresie szczególnie narażony na przeciążenia i demineralizację. Witamina D to także ważny składnik odżywczy przekazywany dzieciom z mlekiem matki, potrzebny dla prawidłowego wzrostu i rozwoju ich kości.
Każda miękka kapsułka PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących to bezpieczna dawka 2000 j.m. witaminy D, w postaci biodostępnego cholekalcyferolu (witamina D3), rozpuszczonego w naturalnym oleju z alg, dla zapewnienia jeszcze lepszej przyswajalności.

Zapanuj nad homocysteiną
Zbyt wysoki poziom homocysteiny podczas ciąży może wpływać niekorzystnie zarówno na organizm kobiety, jak i na rozwijające się dziecko, przyczyniając się do powstania poważnych wad płodu. Dlatego ciąża to okres, w którym szczególnie ważne jest utrzymywanie tego niepożądanego składnika w organizmie na jak najniższym poziomie.

PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących zawiera kompleks czterech synergicznie działających składników, które pomagają w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny – witaminę B6 (fosforan-5-pirydoksalu), witaminę B12 (metylokobalamina), aktywny folian Quatrefolic® oraz wysoką dawkę choliny w postaci dwuwinianu choliny Vitacholine™. PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących to maksymalna ochrona przed nadmiernym poziomem homocysteiny.



Zadbaj o tarczycę i równowagę hormonalną
Tarczyca to jedno z najważniejszych centrów hormonalnych, zawiadujących metabolizmem całego organizmu. Dlatego zrównoważona praca tarczycy to równowaga całego organizmu. Zawarty w PrenaCare® Complete dla kobiet w ciąży i karmiących pierwiastek śladowy – selen, w opatentowanej postaci biodostępnej selenometioniny, pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu tarczycy.

Ciąża a żelazo
Ciąża to okres zwiększonego zapotrzebowania na żelazo, który wiąże się z możliwością wystąpienia niedokrwistości (anemii). Z drugiej strony nie w każdym przypadku suplementacja tego mikroelementu jest konieczna, a przyjmowanie go w nadmiernych ilościach może być wręcz toksyczne dla organizmu. Z tego względu, według aktualnych rekomendacji Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników, potrzeba suplementacji żelaza powinna być ustalana indywidualnie i poprzedzona wykonaniem odpowiednich badań zleconych przez lekarza prowadzącego ciążę, tak aby ustalić odpowiednią dawkę suplementacji oraz czy jest ona w ogóle konieczna. W przypadku konieczności suplementacji żelazem rekomendujemy produkt Aliness Żelazo organiczne w opatentowanej postaci MicroFerr® 25 mg.

Ciąża a jod
Ciąża to także okres, w którym organizm kobiety może potrzebować większych ilości jodu. Jednak według oficjalnych danych około 10% kobiet cierpi na autoimmunologiczne zapalenie tarczycy, czyli Hashimoto. Nieoficjalnie szacuje się natomiast, że w rzeczywistości problem Hashimoto dotyczy nawet do 40% kobiet, a duża część z nich może nie być tego świadoma. Suplementacja jodu w przebiegu tej choroby może wymagać innych dawek niż te zalecane osobom zdrowym, a decyzja o podjęciu suplementacji powinna być rozpatrywana indywidualnie, po przeprowadzeniu odpowiednich badań diagnostycznych i

po konsultacji z lekarzem.

Wobec powyższych powodów formuła produktu PrenaCare® START dla kobiet nie zawiera jodu ani żelaza.

Brak jodu i żelaza w produkcie daje możliwość indywidualnego doboru tych pierwiastków i tym samym produkt jest bezpieczny dla osób cierpiących na alergie i choroby autoimmunologiczne, m.in. Hashimoto.

Oświadczenia zdrowotne
Selen pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu tarczycy
Witamina B6 przyczynia się do regulacji aktywności hormonalnej
Witaminy B6 i B12, foliany oraz cholina pomagają w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny.

