



# Inofert® Luteal

**ΜΕ ΜΥΟΪΝΟΣΙΤΟΛΗ, ΜΕΛΑΤΟΝΙΝΗ, ΦΥΛΛΙΚΟ ΟΞΥ ΚΑΙ ΒΙΤΑΜΙΝΗ D**

Κάψουλες μαλακής ζελατίνης

Συσκευασία που περιέχει **20 κάψουλες**

## **I. Τι είναι το Inofert® Luteal;**

Το Inofert® Luteal είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής που περιέχει μυοϊνοσιτόλη, μελατονίνη, φυλλικό οξύ και βιταμίνη D, ειδικά σχεδιασμένο για τις γυναίκες που επιθυμούν την εγκυμοσύνη. **Αποκαθιστά την ορμονική ισορροπία και την ωορρηξία. Συμβάλλει στην αύξηση της γονιμότητας. Ομαλοποιεί τον μεταβολισμό των λιπιδίων και των σακχάρων. Βελτιώνει τη διάρκεια και την ποιότητα του ύπνου.**

## **II. Ο φυσιολογικός ρόλος της μυοϊνοσιτόλης, της μελατονίνης, του φυλλικού οξέος και της βιταμίνης D**

Η **μυοϊνοσιτόλη** είναι στερεοϊσομερές της ινοσιτόλης που ανήκει στο σύμπλεγμα Βιταμινών Β. Αποτελεί σημαντικό δομικό συστατικό των κυτταρικών μεμβρανών που ρυθμίζουν τη διέλευση των θρεπτικών συστατικών στα κύτταρα, και διεγείρει την ενδογενή παραγωγή λεκιθίνης.

Επίσης, η μυοϊνοσιτόλη παίζει σημαντικό ρόλο στον μεταβολισμό των λιπιδίων και των σακχάρων, ενισχύει τη λειτουργία των νευρικών κυττάρων, έχει ευεργετική δράση στην απορροπή της αθηροσκληρώσεως, της κατάθλιψης και του διαβήτη και είναι απαραίτητη για την ανάπτυξη των μαλλιών και την πρόληψη της αλωπεκίας (φαλάκρας). Επιστημονικά δεδομένα καταδεικνύουν την ικανότητα της ινοσιτόλης να τροποποιεί ορισμένες ορμονικές παραμέτρους, συμπεριλαμβανομένης της μείωσης των επιπέδων της Ωχρινοτρόπου Ορμόνης (LH), της τεστοστερόνης και της προλακτίνης και του λόγου LH/FSH (Ωχρινοτρόπου Ορμόνης/Ωθυλακιοτρόπου ορμόνης) στο πλάσμα, καθώς και την αποκατάσταση ενός τακτικού έμμηνου κύκλου με ωορρηξία. Λόγω της ρυθμιστικής δράσης επί της λειτουργίας των ωοθηκών, η ινοσιτόλη μπορεί να συμπεριληφθεί σε πρωτόκολλα ελεγχόμενης διέγερσης των ωοθηκών. Σε περιπτώσεις αντίστασης στην ινσουλίνη και διαβήτη τύπου II, η ινοσιτόλη έχει την ικανότητα να βελτιώνει το πλαίσιο του γενικού μεταβολισμού. Στο πλαίσιο του συνδρόμου των πολυκυστικών ωοθηκών, η ινοσιτόλη μπορεί να συμβάλει στην ομαλοποίηση των παθολογικών μηχανισμών που εμπλέκονται σε αλλοιώσεις του μεταβολισμού και του αναπαραγωγικού συστήματος που συνδέονται μεταξύ τους.

Το **φυλλικό οξύ** είναι μία υδατοδιαλυτή βιταμίνη που ανήκει στις βιταμίνες του συμπλέγματος Β. Το φυλλικό οξύ συμβάλλει στην ανάπτυξη των ιστών της μήτρας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, στη φυσιολογική σύνθεση αμινοξέων και παίζει σημαντικό ρόλο στη διεργασία της κυτταρικής διαίρεσης. Επιπλέον, συμβάλλει στη φυσιολογική αιμοποίηση και στο μεταβολισμό της ομοκυστεΐνης, στην ψυχολογική ισορροπία και στην εξισορρόπηση των λειτουργιών του ανοσοποιητικού συστήματος, καθώς και στην ελάττωση της κούρασης και της κόπωσης.

Η **μελατονίνη** είναι μία ορμόνη που παράγεται από τον εγκέφαλο και συγκεκριμένα από την επίφυση. Η σύνθεση και έκκριση της μελατονίνης στον εγκέφαλο, ενεργοποιούνται τη νύχτα, με μέγιστη συγκέντρωση στο πλάσμα μεταξύ 2 και 4 nM, πριν αρχίσει η σταδιακή μείωση μέχρι το πρωί. Η μελατονίνη είναι μια ουσία απαραίτητη για την ανάπτυξη των ωοκυττάρων. Υψηλές συγκεντρώσεις μελατονίνης υπάρχουν μόνο στα θυλάκια που περιέχουν ώριμα ωοκύτταρα. Μετά το 35ο έτος της ηλικίας, τα επίπεδα της μελατονίνης τη νύχτα αρχίζουν να μειώνονται σημαντικά, προκαλώντας μείωση του διαθέσιμου ποσού για επιμέρους ιστούς, όπως στην περίπτωση της ωοθηκίας. Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι οι διαταραχές του ύπνου που σχετίζονται με την ανεπάρκεια της μελατονίνης, μεταβάλλονται στο ορμονικό και μεταβολικό προφίλ, μπορεί να προκαλέσουν υπογονιμότητα. Χάρη στην παρουσία μελατονίνης, το Inofert® Luteal, μπορεί να βοηθήσει στη ρύθμιση του ύπνου και να συμβάλει στη μείωση του χρόνου που απαιτείται μέχρι να κοιμηθείτε. Αυτό το ευεργετικό αποτέλεσμα μπορεί να επιτευχθεί με τη λήψη 1 mg μελατονίνης λίγο πριν τον ύπνο.

Ο ρόλος της **βιταμίνης D** στην αντιμετώπιση της υπογονιμότητας γίνεται όλο και πιο γνωστός τα τελευταία χρόνια. Πιο συγκεκριμένα, η βιταμίνη D φαίνεται να εμπλέκεται σε περιπτώσεις όπως το σύνδρομο των πολυκυστικών

ωοθηκών (PCOS), η ενδομητρίωση, τα ινομώματα της μήτρας, η πρόωρη ωοθηκική ανεπάρκεια και οι τεχνικές εξωσωματικής γονιμοποίησης.

Η βιταμίνη D επηρεάζει τη μεταφορά της γλυκόζης μέσα στα κύτταρα, επηρεάζοντας με αυτόν τον τρόπο τη συσσώρευση λίπους στο σώμα, κάτι που παρατηρείται συχνά σε γυναίκες με σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών. Μελέτες δείχνουν θετική συσχέτιση μεταξύ της ουσίας ανάπτυξης των ωοθηκικών, του ποσοστού των κυψελών, του δείκτη μάζας σώματος (BMI) και των συγκεντρώσεων καλσιφερόλης στον ορό, και συστήνουν την προσθήκη συμπληρωμάτων βιταμίνης D στα πρωτόκολλα θεραπείας του συνδρόμου, τόσο για την βελτίωση της ισοουλινοστατικής, όσο και για την αντιμετώπιση της υπογονιμότητας.

Χαμηλά επίπεδα βιταμίνης D παρατηρούνται συχνά σε γυναίκες με ινομώματα μήτρας, ενώ σε άλλες μελέτες αναφέρεται σημαντική συσχέτιση μεταξύ των χαμηλών επιπέδων βιταμίνης D και του αυξημένου κινδύνου ενδομητρίωσης. Επίσης, η ανεπάρκεια σε βιταμίνη D θεωρείται αιτιολογικός παράγοντας πρόωρης ωοθηκικής ανεπάρκειας, μέσω της άμεσης επίδρασης της στην αντιμυλλέριο ορμόνη (AMH). Η βιταμίνη D ενισχύει την παραγωγή της AMH και κατ'επέκταση τη συντήρηση του ωοθηκικού αποθέματος.

Σχετικά με την εξωσωματική γονιμοποίηση, οι ασθενείς με φυσιολογικά επίπεδα βιταμίνης D, φαίνεται να έχουν τετραπλάσια πιθανότητα επιτυχίας συγκριτικά με εκείνους με χαμηλά επίπεδα, αποτέλεσμα που σχετίζεται επίσης με την ωφέλιμη επίδραση της βιταμίνης στο ενδομήτριο.

### III. Συστατικά

Μυοϊνοσιτόλη, **σογιέλαιο**, εδώδιμη ζελατίνη, παράγοντας διαβροχής: γλυκερόλη, γαλακτωματοποιητές: **λεκιθίνη σόγιας**, εστέρας πολυγλυκερόλης λιπαρών οξέων, τριγλυκερίδια μέσης αλύσου, πυκνωτικό μέσο: μονο- και δι- γλυκερίδια λιπαρών οξέων, χρωστική ουσία: E172, βιταμίνη D (χοηλκαλσιφερόλη), μελατονίνη, φυλλικό οξύ (πετρούλομονογλουταμικό οξύ).

Διατροφικές πληροφορίες	Μέση διατροφική τιμή της μέγιστης ημερήσιας πρόσληψης (1 φακελλίσιας)	ΔΤΑ%* ανά 1 κάψουλα
Μυοϊνοσιτόλη	600 mg	-
Μελατονίνη	1 mg	-
Φυλλικό οξύ	200 mcg	100
Βιταμίνη D	50 mcg ισοδύναμο με 2000 UI	1000

\*ΔΤΑ: Διατροφικές Τιμές Αναφοράς

**Χωρίς λακτόζη. Χωρίς σουκρόζη. Χωρίς γλουτένη.**

### IV. Τρόπος Χρήσης

Συνιστάται η λήψη μίας κάψουλας ημερησίως.

### V. Προειδοποιήσεις

- Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά.
- Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης.
- Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διαίτας.
- Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας.
- Ανάλογα κατά προτίμηση πριν από την ημερομηνία που αναγράφεται στη συσκευασία.
- Η ημερομηνία λήξης αναφέρεται σε προϊόν σωστά φυλασσόμενο στην αρχική συσκευασία.
- Φυλάσσετε σε δροσερό και ξηρό μέρος προστατευμένο από το φως.

Καθαρό βάρος 32 g e

**Υπεύθυνος κυκλοφορίας:** ITF HELLAS A.E.

Άρεως 103 & Αγίας Τριάδος 36, 175 62, Παλαιό Φάληρο, Ελλάδα

**Παρασκευάζεται στη:** Via A. Merli 1, 20095 Cusano Milanino (MI), Ιταλία,