



Perimenopauze

fysiek

Voedingssupplement

Kruidenpreparaat met vitamine B12

Gebruiken bij

Helpt om moeheid en vermoeidheid te verminderen². Activeert je natuurlijke energie^{1*,2} en helpt om lekker te slapen^{3*}.

*Evaluatie gezondheidsclaims is lopende.

Perimenopauze

De perimenopauze is de voorfase van de overgang. Deze kan al jaren vóór de laatste menstruatie beginnen. In deze periode verandert de natuurlijke hormoonbalans in meer of mindere mate. Niet iedere vrouw herkent deze fase meteen, omdat de signalen per persoon verschillen, bijvoorbeeld wisselingen in stemming, geheugen, energieniveau of menstruatiepatroon.

De perimenopauze is een natuurlijke fase, maar de veranderingen kunnen wel impact hebben op je dagelijks leven. Natuurlijke ondersteuning kan je helpen.

Perimenopauze fysiek

A.Vogel Perimenopauze fysiek tabletten bevatten Siberische ginseng, die helpt bij vermoeidheid* en ondersteunt het energieniveau*. Daarnaast bevat het vitamine B12 dat helpt om moeheid en vermoeidheid te verminderen. Ook draagt vitamine B12 bij aan extra energie bij vermoeidheid. Het plantenextract hop helpt bij nachtzweeten* en om lekker te slapen*.

Dosering en gebruik

1 maal daags 1 tablet een half uur voor het slapen gaan, innemen met wat water.

Wil je alleen je energieniveau^{1*,2} ondersteunen? Neem 1 tablet in de ochtend (bij voorkeur bij het ontbijt) in.

Wij adviseren het product dagelijks en consequent te gebruiken, gedurende minimaal 4-6 weken achtereen.

A.Vogel Perimenopauze fysiek tabletten kunnen langdurig worden gebruikt.

Belangrijk om te weten voor het gebruik van A.Vogel Perimenopauze fysiek tabletten

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

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

A.Vogel Perimenopauze fysiek tabletten niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.

Niet gebruiken bij

- Raadpleeg een arts in geval van een behandeling (nu of in het verleden) voor hormoongevoelige kanker.
- Overgevoeligheid voor een van de componenten.

Combinatie met andere producten

Je kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. We raden je aan om bij twijfel te overleggen met je arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

In de aanbevolen dosering wordt het product in het algemeen prima verdragen.

Ingrediënten

Plantenextracten: ¹Siberische ginseng (Eleutherococcus senticosus) (30,1%), ³hop (Humulus lupulus) (bevat: *sojalecithine*); vulstoffen (calciumfosfaten, calciumcarbonaat, microkristallijne cellulose); verstevigingsmiddelen (vernet cellulosegom, hydroxypropylmethylcellulose, Arabische gom); glansmiddel (magnesiumstearaat); shiitake-extract (bron van natuurlijk ²vitamine B12); antiklontermiddel (siliciumdioxide); bevochtigingsmiddel (glycerol).

- vegan
- lactosevrij
- langdurig te gebruiken

Per dagdosering van 1 tablet

| | |
|--|--|
| ¹ Siberische ginseng (Eleutherococcus senticosus) | 200 mg droogextract (DER 15:1) |
| ² Vitamine B12 | 1,4 µg (=50% RI ^{**}) |
| ³ Hop droogextract (Humulus lupulus) | 73,4 mg, gestandaardiseerd op 100 µg 8-prenylnaringenine (8-PN), uit 1638 mg droge hop |
| Vers hopextract (Humulus lupulus) | 5,4 mg, uit 37 mg verse hop |

**Referentie-inname van een volwassene

Bewaren

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

Verpakking

A.Vogel Perimenopauze fysiek tabletten zijn verkrijgbaar in een verpakking van 30 stuks.

Gezondheidsadvies

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 over de producten? Kijk op www.avogel.nl of stuur een e-mail naar info@avogel.nl

Tips

- Bouw conditie op met milde en regelmatige beweging. Lichaamsbeweging verhoogt je energie overdag en helpt bij het slapen. Kies een activiteit die je leuk vindt en consistentie is belangrijker dan intensiteit. Luister hierbij naar je lichaam.
- Zorg voor rust na piekmomenten (vergadering, sport of gezin). Vrouwen gaan vaak maar door en door. Dit hoeven geen lange pauzes te zijn, maar even rustig ademhalen, even naar buiten kijken of lopen. Dit kan helpen om een energiedip te voorkomen.
- Een temperatuur van 17-18 °C is ideaal voor de slaapkamer. Katoenen beddengoed en laagjes kleding helpen bij plotselinge temperatuurwisselingen.
- Let op de inname van cafeïne, alcohol en pittig eten. Deze kunnen (nachtelijke) opvliegers uitlokken. Beperk koffie tot de ochtend, drink alcohol met mate en kies 's avonds voor lichte, niet-kruidige maaltijden.

A.Vogel, 100 jaar passie voor planten

Alfred Vogel reisde in zijn leven de hele wereld rond om planten te ontdekken. Zijn bevlogenheid en kennis van de positieve invloeden van planten waren indrukwekkend. In 1923 opende Alfred Vogel zijn eerste kruiden- en natuurwinkel in de Zwitserse stad Basel. Nu, 100 jaar later, is de passie voor de positieve invloed van planten nog steeds onverminderd groot.

Ervaar pure plantkracht

Er zit zoveel kracht in de natuur. Bij A.Vogel geloven we dan ook dat veel van wat we kunnen gebruiken in de natuur te vinden is. Zo zitten planten vol met werkstoffen om jouw gezondheid te ondersteunen. Wij halen deze kracht er met liefde voor jou uit. In onze ecologische A.Vogel tuinen oogsten we jaarlijks 50.000 kg planten, precies op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. Daarna verwerken we de verse planten tot hoogwaardige producten. Dankzij onderzoek weten we hoe we de natuurlijke kracht van planten optimaal kunnen benutten. Kom eens langs in onze A.Vogel tuinen op de Veluwe en 'Ervaar pure plantkracht'.

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.

In nauwe samenwerking met 's Heeren Loo helpen we mensen van de dagbesteding in 't Harde en omstreken aan een mooie en zinvolle invulling van de dag. Ze helpen ons namelijk met verschillende werkzaamheden in de A.Vogel tuinen. Van onkruid wieden, bemesten en oogsten tot assistentie in ons bezoekerscentrum. Het is een fijne samenwerking waar wij allemaal veel plezier aan beleven.

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.

De tekst van deze gebruiksaanwijzing is gemaakt in maart 2026.

A.Vogel B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg

93001815 26C2