

ВИТАМИНЫ И ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ БЕРЕМЕННЫМ

ДОБАВКИ		ПОКАЗАНИЯ	ДОЗА/сут	РЕЦЕПТ	ПРЕПАРАТЫ (ДЛЯ ПРИМЕРА)	ЦЕНА
Фолиевая кислота (ФК) МФ - метилфолат	Низкий риск	I триместр (как минимум)	не более 400-800 мкг	1 p/d per os	МОНО: Мамифол, 400 мкг, №28 9 месяцев Фолиевая к-та 400 мкг №30 Фолиевая к-та 1,0 мг №50 (1000мкг) Фолацин 5,0 мг (5000 мкг), №30 Фолиевая к-та 5,0 мг (5000 мкг) №20	120 30 120 60
	Умеренный риск	<ul style="list-style-type: none"> • фолатзависимые дефекты сердца/ конечностей/ мочевых путей/ орофациальные/ гидроцефалия, но НЕ ДНТ у ♀/ ♂/ в семье • ДНТ у родственников 1*-2 степени родства • тератогенные ЛС (карбамазепин, вальпроевая кислота, фенитоин, фенобарбитал, метотрексат, триамтерон, колестирамин и др.)* • мальабсорбция у ♀ (болезнь Крона, целиакия, желудочный анастомоз, выраженные болезни печени, диализ, алкоголизм)* • СД 1-2 типов*, ИМТ > 30* • рацион: мало свежих фруктов/овощей 	I триместр - 1000 мкг**		КОМПЛЕКСЫ: Фолио: 400 мкг ФК, №150 Йодилайф 400 мкг ФК Аскофол, 800 мкг ФК	700 350
	Высокий риск	• ДНТ у ♀/ ♂/ в предыдущие беременности	I триместр - 4000 мкг**			
Йод		Всю беременность + ГВ	200 мкг (200-250)	1 p/d per os	Калия йодид 200 мкг №100 Йодомарин 200 мкг, №100 Йодбаланс 200 мкг №100 9 месяцев Калия йодид, 200 мкг №100 Йодилайф 200 мкг Фолио 200 мкг, №150	100 200 200 350 700
Витамин D		Всю беременность при риске гиповитаминоза: <ul style="list-style-type: none"> • темная кожа + ограниченное пребывание на солнце; • рацион: мало мяса, жирной рыбы, яиц; • ИМТ до беременности >30 кг/м² • Гиповитаминоз: < 30 нг/мл (< 75 нмоль/л) 	10 мкг (400 ME) 800-1200	1 p/d per os	Вигантол, масляный p-p 1 кап – 500МЕ Аквадетрим, спирт.p-p 1 кап – 500МЕ, 10 мл Аквадетрим, 1 таб – 500МЕ, №60	170 400
Кальций		Всю беременность при: ПЭ в анамнезе + ↓Ca ²⁺ в еде (<600 мг/день)	1,0 г	1 p/d per os		
Поливитамины		Высокий риск авитаминоза: <ul style="list-style-type: none"> • низкий социально – экономический класс • неправильный образ жизни • недостаток питания • особенности питания (вегетарианки) 			Элевит пронаталь: ФК:800, Й:0, №30 Витрум пренатал плюс: ФК:400, Й:150, №30 Фемибион1,2: ФК:200 +МФ:200, Й:150 Прегнакеа: ФК:400, Й:140, капсулы №30 Компливит триметрум: ФК:400-350-260, Й:200-150-100 Алфавит: ФК:300, Й:150, №60	700 550 550\1000 500 350-400- 400 200
Омега – 3 ПНЖК		Куращая, Рацион: мало рыбы, морепродуктов.	200-300 мг/сут			

ОБОЗНАЧЕНИЯ

<ul style="list-style-type: none"> ■ - протокол «Нормальная беременность», 2020 ■ - МАРС «Прегравидарная подготовка», 2016 ■ - приказ 572н, 2012 АФС – антифосфолипидный синдром ГВ – грудное вскармливание ДНТ – дефекты нервной трубки ИМТ – индекс массы тела кап - капля Й - йод ЛС – лекарственные средства	МФ – метилфолат ПНЖК – полиненасыщенные жирные кислоты ПР – преждевременные роды ПЭ – преэклампсия\СД – сахарный диабет ФК – фолиевая кислота Ca ²⁺ - кальций / - или per os - перорально ♀ - женщина ♂ - мужчина (партнёр)	* – группа высокого риска по FIGO, 2015 ** - под контролем гомоцистеина крови (N – до 10 мкмоль/л) Источники: 1. Клинический протокол «Нормальная беременность», 2020 2. МАРС Клинический протокол «Прегравидарная подготовка», 2016 3. Приказ 572н, 2012 4. Сайты: ГРЛС, РЛС. Цены указаны исключительно для ознакомления, приблизительные, согласно сайту РЛС.
---	--	---

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ РЕКЛАМОЙ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ! Не обладает юридической силой

