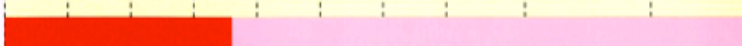
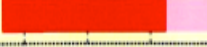


胎児の成長：妊娠初期の3ヵ月が大切

受精卵から赤ちゃんになるまで(受精からの週数:妊娠週数－2週)												
1週目	2週目	3週目	4週目	5週目	6週目	7週目	8週目	9週目	16週目	20～35週目	38週目	誕生
受精細胞分裂	胎盤形成	胎盤形成	胎芽形成	身長1mm				胎児身長7～9cm 体重20g	身長25cm 体重250g	身長30cm 体重650g		
脳神経												
心血管												
耳												
手												
足												
目												
歯												
口蓋												
外生殖器												
赤い太線のところで急速に器官が形成される。この時期は特に化学物質などの影響を受けやすい時期である。												

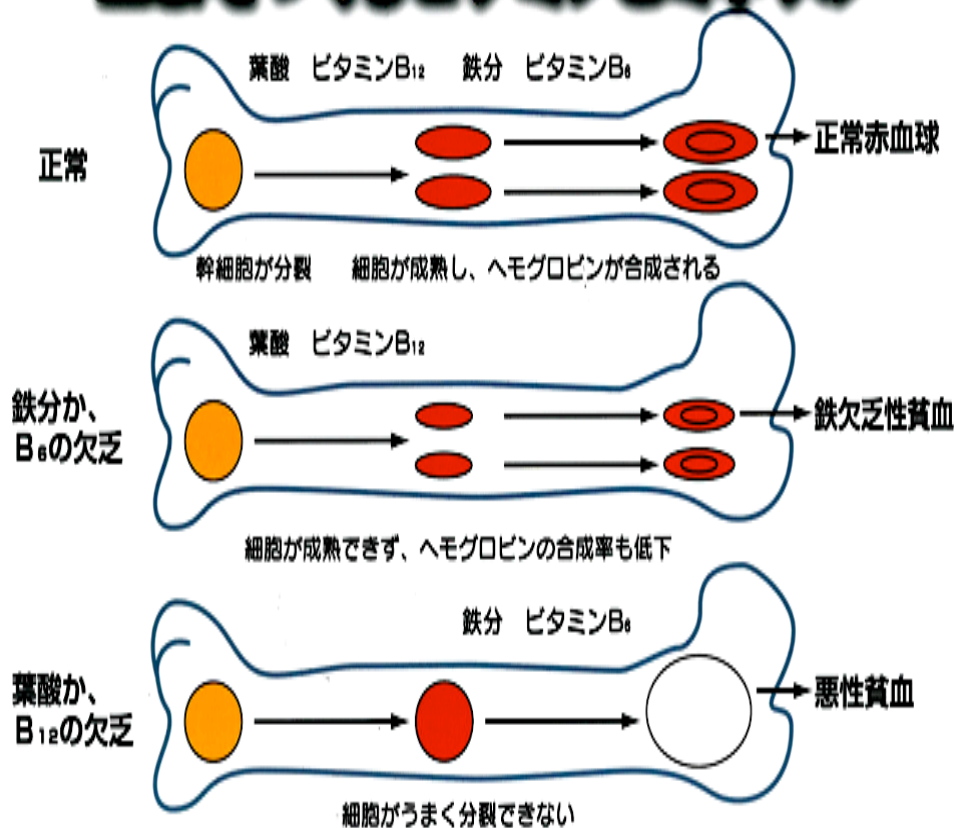
化学物質の悪影響

- 3～7週目頃では 脳や心臓、手、足、目などの器官
- 7～16週目頃では 歯、口蓋、生殖器などの器官

こんな化学物質があふない!

ダイオキシンや環境ホルモン、難燃材、農薬、医薬品、
食品添加物、避妊薬、水銀などの重金属

血液をつくるビタミンとミネラル



鉄分は赤血球のヘモグロビン合成に欠かせないミネラルで、女性は1日12mg、妊娠期の方は1日20mg必要とされています。**バイオリンク粒45粒**で9mgの鉄分を補うことができます。**葉酸**はアミノ酸の代謝やDNAの合成、細胞分裂に不可欠なビタミンであり、ほうれん草のような緑色の濃い野菜に多く含まれています。葉酸の必要量は成人男女で200μg(マイクログラム)。不足で重大なトラブルが起こるのは妊娠中のお母さん。妊娠中は胎児の健全な発育のために葉酸は400μg必要とされています。

食 材	摂 取 量	葉酸(μg)
ほうれん草	2株(60g)	66
春 菊	3株(60g)	60
ブロッコリー	60g	72
アスパラガス	3本(60g)	108
ニ ラ	100g	77
バイオリンク粒	45粒(9g)	180
バイオリンク以外はゆでたものの含有量		



また、**ビタミンK**は血液の正常な凝固能を維持し、骨を造り強くする働きがあります。成人女性の目安量は60μgほどです。新生児では母乳中のビタミンK量が少ない場合に、乳児の頭蓋内出血を引き起こす心配があります。授乳婦の摂取量を増やすことが大切です。