



کلکسیفرول


benferol®

پزشک شما برای درمان یا پیشگیری از کمبود ویتامین D داروی Benferol را تجویز کرده است

درمان کمبود ویتامین


تعداد هفته‌ها	۲ کپسول/ماه	۱ کپسول/ماه	۲ کپسول در طول ۱ هفته	50000 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:	دوزهای دیگر:			




تعداد هفته‌ها	۲ کپسول/ماه	۱ کپسول/ماه	۱ کپسول/هفته	25000 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:	دوزهای دیگر:			



نگهداری و درمان پیشگیرانه

تعداد هفته‌ها	دوزهای دیگر:	۲ کپسول/روز	۱ کپسول/روز	400 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:				




تعداد هفته‌ها	دوزهای دیگر:	۲ کپسول/روز	۱ کپسول/روز	800 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:				



تعداد هفته‌ها	دوزهای دیگر:	۲ کپسول/هفته	۱ کپسول/هفته	5600 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:				



تعداد هفته‌ها	دوزهای دیگر:	۲ کپسول/ماه	۱ کپسول/ماه	25000 IU کپسول نرم
ویزیت بازگشت، تاریخ:				



به عنوان مکملی برای درمان ویژه بویکی استخوان عمل می‌کند که بهتر است همراه با کلسیم مصرف شود. **دوز توصیه شده:** ۱ کپسول 400 IU یا 800 IU روز. دوز روزانه نباید بیش از 4000 IU باشد. به جای آن ۱ کپسول 5600 IU/هفته یا ۱ کپسول 25000 IU/ماه. برای کمبود دارای علائم ویتامین D، یک دوز مشخص از 50000 IU × 2 را می‌توان در طول یک دوره یک هفته‌ای استفاده کرد. **محتویات:** هر کپسول به ترتیب حاوی 400 IU، 800 IU، 5600 IU یا 25000 IU کلکسیفرول است. تاریخ اصلاح www.tvl.se و www.fass.se. SPC: 28-12-2016. برای کسب اطلاعات بیشتر، از جمله قیمت‌ها و بسته‌بندی، لطفاً به وبسایت مراجعه فرمایید.

Benferol® (کلکسیفرول) کپسول نرم، (ویتامین D3). Rx. کد F. ATC: A11CC05. **نشانه (400، 800 و 5600 IU)** پیشگیری و درمان کمبود ویتامین D در بزرگسالان و نوجوانان. برای بیمارانی که با خطر کمبود ویتامین D مواجه هستند به عنوان مکملی برای درمان ویژه بویکی استخوان عمل می‌کند، که بهتر است همراه با کلسیم مصرف شود. **نشانه (25000 و 50000 IU):** پیشگیری و درمان کمبود ویتامین D در بزرگسالان و نوجوانان (کودکان در سن ≤ 12 سال). کمبود ویتامین D به عنوان غلظت سرمی 25-OH-D هیروکسی تعریف می‌شود $(25\text{(OH)D}) > 25\text{nmol/l}$ برای بیمارانی که از کمبود ویتامین D رنج می‌برند یا با خطر کمبود ویتامین D مواجه هستند



برای شما Benferol® تجویز شده است

Benferol چیست و چرا استفاده می‌شود

Benferol حاوی ویتامین D3 است که جذب و متابولیسم کلسیم و ترکیب شدن کلسیم در بافت استخوانی را تنظیم می‌کند. از Benferol برای پیشگیری و درمان کمبود D3 در بزرگسالان و نوجوانان استفاده می‌شود. پزشک شما می‌تواند Benferol را به عنوان یک مکمل به همراه سایر داروها ویژه درمان کمبود استخوان تجویز کند. Benferol به صورت یک کپسول نرم و بیضی شکل ارائه می‌شود که حاوی روغنی به رنگ زرد کم‌رنگ است.

روغن داخل کپسول با استفاده از اسیدهای چرب گیاهی تولید می‌شود و ژلاتین داخل محفظه کپسول تأییدیه خوراکی حلال را دریافت کرده است.

نحوه استفاده از Benferol

همیشه از این دارو دقیقاً به همان شکلی استفاده کنید که توسط پزشک مشخص شده است. اگر نسبت به روش مصرف مطمئن نیستید، حتماً با پزشک یا داروساز خود صحبت کنید. کپسول‌ها باید به صورت کامل همراه با آب بلعیده شوند. Benferol را می‌توان همراه یا با فاصله از وعده غذایی مصرف کرد. این دارو برای کودکان کمتر از ۱۲ سال مناسب نیست.

عوارض جانبی احتمالی

مثل همه داروهای دیگر، این دارو ممکن است با عوارض جانبی همراه باشد که البته همه به آن دچار نمی‌شوند.

غیر متداول (ممکن است از هر ۱۰۰ نفر ۱ مورد اتفاق بیفتد):

هایپرکلسمی (افزایش میزان کلسیم در خون) و هیپرکلسیوری (افزایش میزان کلسیم در ادرار).

نادر (ممکن است از هر ۱۰۰۰ نفر ۱ مورد اتفاق بیفتد):

خارش، جوش (خارش / کهیر)

برای کسب اطلاعات کامل محصول، لطفاً به این وبسایت مراجعه کنید:

www.fass.se

مرجع‌ها: www.livsmiddelsverket.se
www.internetmedicin.se
Svenska Osteoporosförbundet

سپری می‌کنید، خطر کمبود ویتامین D بیش از پیش افزایش پیدا می‌کند. سایر عوامل خطر عبارت است از سن، رنگ پوست و چاقی. با گذشت سن، توانایی ما در تبدیل اشعه UVB خورشید به ویتامین D به شکل چشمگیری کاهش پیدا می‌کند. اگر رنگ پوستی نسبتاً روشن دارید، ممکن است ۱۵ تا ۲۰ دقیقه حضور در محیط خارج زیر نور آفتاب در تابستان برای تولید ویتامین D مورد نیاز توسط بدن کافی باشد، اما اگر رنگ پوست شما تیره است به ۵ تا ۱۰ دقیقه زمان نیاز دارید. افرادی که اضافه وزن دارند بیشتر از افرادی که وزن عادی دارند دچار کمبود ویتامین D می‌شوند. محققین به درستی درباره علت این مسئله اطلاعی ندارند، اما احتمال دارد به این مسئله ارتباط پیدا کند که ویتامین D در بافت چربی ذخیره شده و در صورت اضافه وزن از دسترس بدن خارج می‌شود.

چطور متوجه می‌شوید که دچار کمبود ویتامین D شده‌اید؟

کمبود خفیف ویتامین D معمولاً علائم مبهم یا نامشخصی به دنبال دارد. از طرف دیگر کمبود شدید ویتامین D می‌تواند منجر به بروز این علائم شود:

- ضعف عمومی ماهیچه
- درد در شانه‌ها، بالای بازوها، لگن و ران‌ها
- درد در ماهیچه‌های شانه، بالای بازوها، لگن یا ران‌ها

گاهی اوقات ممکن است درد به حدی شدید باشد که شخص در قدم زدن یا راه رفتن دچار مشکل شود.

درمان کمبود ویتامین D

بررسی و درمان کمبود ویتامین D به طور کلی توسط پزشک عمومی انجام می‌شود. یک آزمایش خون ساده میزان ویتامین D در بدن را اندازه گیری می‌کند، که برحسب واحد nmol/L نشان داده می‌شود. سطح 25 nmol/L یا کمتر معمولاً به عنوان نشان‌دهنده کمبود ویتامین D در نظر گرفته می‌شود.

درمان مؤثر ویتامین D به شکل قرص و قطره در دسترس است که توسط پزشک تجویز می‌شود. دوز ویتامین D از فرد تا فرد دیگر متغیر است و به عوامل بستگی دارد که از میان آن‌ها می‌توان به میزان شدت کمبود ویتامین و شرایط پزشکی بیمار که روی جذب ویتامین D اثر گذاشته است اشاره کرد. بعضی افراد باید هر روز ویتامین D مصرف کنند، یک بار در هفته یا یک بار در ماه ممکن است برای دیگران کافی باشد.

ویتامین D چیست؟

ویتامین D یک ویتامین قابل حل در چربی است. ما این ویتامین را از دو راه به دست می‌آوریم: از غذا یا از خورشید زمانی که در خارج از خانه حضور داریم. ویتامین D غذا در درجه اول از ماهی گرفته می‌شود؛ برای مثال ماهی قزل آلا، شاه ماهی و ماهی خال‌خالی حاوی میزان زیادی ویتامین D هستند. اگر محصولات لبنی، مارگارین و غذاهایی که روی نان مالیده می‌شوند با ویتامین D غنی شوند، منابع مهمی برای جذب این ویتامین هستند. تخم مرغ و گوشت هم مقداری ویتامین D دارند. خورشید نزدیک به ۹۰ درصد از ویتامین D بدن ما را تأمین می‌کند، به همین دلیل است که به آن "ویتامین آفتاب" هم گفته می‌شود. در تابستان می‌توان با خروج از خانه در هوای آفتابی، پوشیدن شلوارک یا یک تی‌شرت به مدت پانزده دقیقه در روز و چند بار در هفته، به اندازه کافی ویتامین D جذب کرد.

کمبود ویتامین D چیست؟

کمبود ویتامین D زمانی ایجاد می‌شود که در بدن شما سطح ویتامین D کاهش پیدا کرده باشد. این مسئله ممکن است باعث بروز مشکلات ناخوشایند و دردناک شود. ویتامین D3 توسط بدن تولید می‌شود و عملکرد اصلی آن تنظیم جذب کلسیم و فسفات از طریق روده است، تا استخوان‌ها بتوانند به صورت عادی شکل بگیرند.

کمبود شدید ویتامین D می‌تواند باعث نرم شدن و بدشکلی استخوان‌ها شود، که در بزرگسالان نرمی استخوان نامیده می‌شود و در خردسالان با عنوان راشیٹیزم شناخته می‌شود. این بیماری‌ها در غرب بسیار نادر هستند اما در سال‌های اخیر به دلیل تغییر سبک زندگی رو به افزایش هستند. کمبود ویتامین D می‌تواند به فقر استخوان و ضعف در عملکرد ماهیچه منجر شود. بنابراین درمان کمبود ویتامین D در مراحل اولیه از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است.

چه چیزی باعث کمبود ویتامین D می‌شود؟

در نیمکره شمالی تنها در طول ماه‌های تابستان، از آوریل تا سپتامبر، امکان دریافت ویتامین D از خورشید وجود دارد. بنابراین خطر بروز کمبود ویتامین D در طول زمستان بسیار بالاتر است. علیرغم این حقیقت که بعضی غذاها با ویتامین D غنی شده‌اند، دریافت دوز توصیه شده روزانه می‌تواند بسیار دشوار باشد. اگر علاوه بر این در تمام طول سال لباس‌هایی می‌پوشید که بدن شما را کاملاً می‌پوشاند، رژیم غذایی خاصی دارید یا زمان زیادی را در داخل خانه

تسهیلات بهداشتی

دکتر من

تلفن

SE/BEN/0317/0006