


Din läkare har ordinerat Benferol för att behandla eller förebygga D-vitaminbrist


 **benferol**[®]
KOLEKALCIFEROL

Behandling av brist




50 000 IE mjuk kapsel 	2 kapslar under 1 vecka	1 kapsel/månad	2 kapslar/månad	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>




25 000 IE mjuk kapsel 	1 kapsel/vecka	1 kapsel/månad	2 kapslar/månad	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>

Underhålls- och förebyggande behandling




400 IE mjuk kapsel 	1 kapsel/dag	2 kapslar/dag	Annan dosering:	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>




800 IE mjuk kapsel 	1 kapsel/dag	2 kapslar/dag	Annan dosering:	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>



5600 IE mjuk kapsel 	1 kapsel/vecka	2 kapslar/vecka	Annan dosering:	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>



25 000 IE mjuk kapsel 	1 kapsel/månad	2 kapslar/månad	Annan dosering:	Antal veckor
	Annan dosering: <input type="text"/>			Återbesök, datum: <input type="text"/>

Benferol[®] (kolekalciferol) mjuka kapslar, (vitamin D3). Rx. F. ATC-kod: A11CC05. **Indikation (400, 800 och 5600 IE):** Profylax och behandling av D-vitaminbrist hos vuxna och ungdomar. Som komplement till specifik osteoporosbehandling hos patienter med risk för vitamin D-brist, företrädesvis i kombination med kalcium. **Indikation (25 000 och 50 000 IE):** Profylax och behandling av D-vitaminbrist hos vuxna och ungdomar (barn \geq 12 år). D-vitaminbrist definieras som serumhalter av 25-hydroxikolekalciferol (25(OH)D) $<$ 25 nmol/l. Som komplement till specifik osteoporosbehandling hos patienter med D-vita-

minbrist eller med risk för D-vitaminbrist, företrädesvis i kombination med kalcium. **Rekommenderad dosering:** 1 kapsel 400 IE eller 800 IE/dag. Den dagliga dosen bör inte överskrida 4000 IE. Alternativt 1 kapsel 5600 IE/vecka eller 1 kapsel 25 000 IE/månad. Vid symtomatisk D-vitaminbrist kan en laddningsdos under en vecka 2 x 50 000 IE ges. **Innehåll:** Varje kapsel innehåller 400 IE, 800 IE, 5600 IE, 25 000 IE respektive 50 000 IE kolekalciferol. Datum för översyn av produktresumé: 2016-12-28. För ytterligare information och pris samt förpackningar se www.fass.se och www.tv.se

Vad är D-vitamin?

D-vitamin är ett fettlösligt vitamin. Vi får till oss vitaminet på två sätt: via maten och via solen när vi är ute. Vitamin D i mat får vi främst från fisk, till exempel innehåller lax, sill och makrill mycket vitamin D. Mjolkprodukter, margarin och matfetsblandningar är också viktiga källor, om de är berikade med vitamin D. Ägg och kött innehåller också en del vitamin D. Solen ger oss uppemot 90 procent av vårt D-vitamin och därför kallas det ibland för "solskensvitaminet". På sommaren kan det räcka med att vara ute i solen med bara armar eller ben en kvart om dagen några gånger i veckan för att få i sig tillräckligt med D-vitamin.

Vad är D-vitaminbrist?

D-vitaminbrist uppstår när du har låga nivåer av D-vitamin i kroppen. Detta kan leda till besvärliga och smärtsamma hälsoproblem. D3-vitamin produceras av kroppen och dess främsta uppgifter är att reglera upptaget av kalcium och fosfat från tarmen, så att skelettet kan utvecklas normalt.

Allvarlig D-vitaminbrist kan göra skelettet mjukt och missformat, något som kallas osteomalaci hos vuxna och rakit (engelska sjukdomen) hos barn. De här sjukdomarna är relativt ovanliga i västvärlden men har ökat på senare år, förmodligen på grund av att vår livsstil har förändrats. D-vitaminbrist kan leda till benförlust och sämre muskelfunktion. Därför är det viktigt att få behandling för D-vitaminbrist på ett tidigt stadium.

Vad orsakar D-vitaminbrist?

På våra nordliga breddgrader får vi endast D-vitamin från solen under sommarhalvåret, från april till september. Därför är risken att drabbas av D-vitaminbrist extra stor på vintern. Trots att vissa livsmedel är berikade med D-vitamin kan det vara svårt att få i sig den rekommenderade dagliga dosen. Bär man dessutom heltäckande klädsel året runt, äter specialkost eller tillbringar mycket tid

inomhus, ökar risken för D-vitaminbrist ytterligare. Andra riskfaktorer är ålder, hudfärg och fetma. När vi åldras försämras hudens förmåga att omvandla solens UVB-strålar till D-vitamin avsevärt. Har man ljus hy kan det räcka med att vara ute i solen 15-20 minuter på sommaren för att kroppen ska hinna tillverka tillräckligt med D-vitamin, men om man har mörk hy kan det ta 5-10 gånger så lång tid. Överviktiga har oftare D-vitaminbrist än normalviktiga. Forskarna är inte helt på det klara med varför, men troligtvis har det att göra med att D-vitaminet binds i fettväven och då inte kan användas av kroppen.

Hur vet man att man har D-vitaminbrist?

Lindrig D-vitaminbrist ger i regel diffusa eller obehftliga symtom. Svår D-vitaminbrist kan däremot leda till:

- allmän muskelsvaghet
- diffus värk/ömhet över skelett eller muskler i armar, skuldror, höfter eller lår

Ibland kan smärtan bli så svår att man får svårt gå eller resa sig upp.

Behandling av D-vitaminbrist

Utredning och behandling av D-vitaminbrist görs i regel av en allmänläkare. D-vitaminnivån i kroppen kan mätas med ett enkelt blodprov och anges i enheten nmol/L (nanomol per liter). Gränsen för D-vitaminbrist brukar dras vid nivån 25 nmol/L (nanomol per liter).

Det finns effektiv behandling av D-vitaminbrist i form av tabletter eller droppar som skrivs ut av en läkare. Dosen av D-vitamin varierar från person till person och är bland annat beroende av hur allvarlig bristen är och om det finns några underliggande sjukdomar som påverkar kroppens upptag av D-vitamin. En del behöver ta sitt D-vitamin varje dag, andra en gång i veckan eller en gång i månaden.

Du har ordinerats Benferol®

Vad Benferol är och vad det används för?

Benferol innehåller vitamin D3 som reglerar upptag och omsättning av kalcium samt inlagring av kalcium i benvävnad. Benferol används för att förebygga och behandla vitamin D3-brist hos vuxna och ungdomar. Din läkare kan ordinera Benferol som ett komplement till specifik läkemedelsbehandling mot benförlust. Benferol är en oval, mjuk kapsel som innehåller en svagt gul olja.

Oljan i kapseln bildas av växt fettsyror och Gelatinet i kapselns hölje kommer från nötkreatur och är halal- och kosher-certifierat.

Hur du använder Benferol

Ta alltid detta läkemedel enligt läkarens anvisningar. Rådfråga läkare eller apotekspersonal om du är osäker. Kapslarna ska sväljas hela med vatten. Benferol kan tas med eller utan mat. Detta läkemedel är inte lämpligt för barn under 12 år.

Eventuella biverkningar

Liksom alla läkemedel kan detta läkemedel orsaka biverkningar, men alla användare behöver inte få dem.

Mindre vanliga (kan förekomma hos upp till 1 av 100 användare):

Hyperkalcemi (ökad mängd kalcium i blodet) och hyperkalciuri (ökad mängd kalcium i urinen).

Sällsynta (kan förekomma hos upp till 1 av 1 000 användare):

Klåda, utslag (pruritus/urtikaria).

För fullständig produktinformation läs noga igenom bipacksedeln som finns i förpackningen samt text på förpackningen. För mer information se även www.fass.se

Referenser: www.livsmedelsverket.se
www.internetmedicin.se
Svenska Osteoporosförbundet

VÅRDINRÄTTNING

MIN LÄKARE

TELEFON



Consilient Health
Rotebergsvägen 1a, 192 78 Sollentuna, Tel: 08 626 20 17.
E-post: infonordic@consilienthealth.com