



كوليكسينفروول

لقد وصف لك طبيبك بنفiroول لعلاج
نقص فيتامين (د) أو الحد منه

علاج النقص

عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن على مدار أسبوع واحد	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/الشهر	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
زيارة العودة، التاريخ:						٥٠,٠٠٠ وحدة دولية في كبسولة لينة



عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن على مدار أسبوع واحد	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/الشهر	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/الأسبوع	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
تاريخ تكرار الزيارة:						٢٥,٠٠٠ وحدة دولية في كبسولة لينة		
جرعة أخرى:						<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	جرعة أخرى:	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن/اليوم	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/اليوم	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
تاريخ تكرار الزيارة:						٤٠ وحدة دولية في كبسولة لينة		



عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	جرعة أخرى:	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن/اليوم	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/اليوم	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
تاريخ تكرار الزيارة:						٨٠ وحدة دولية في كبسولة لينة		



عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	جرعة أخرى:	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن/الأسبوع	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن على مدار أسبوع	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
تاريخ تكرار الزيارة:						٥٦٠٠ وحدة دولية في كبسولة لينة		



عدد الأسابيع	<input type="checkbox"/>	جرعة أخرى:	<input type="checkbox"/>	كبسولاتن على مدار شهر	<input type="checkbox"/>	كبسولة واحدة/الشهر	<input type="checkbox"/>	كبسولة لينة
تاريخ تكرار الزيارة:						٢٥,٠٠٠ وحدة دولية في كبسولة لينة		



بنفiroول® (كوليكسينفروول) كبسولة لينة، (فيتامين د3)، بوكد Rx. F. ATC A11CC05. ينبعي الاختياز الجرعة اليومية ٤,٠٠٠ وحدة دولية بدلًا من ذلك كبسولة واحدة ٥,٦٠٠ وحدة دولية/الأسبوع أو كبسولة واحدة ٢٥,٠٠٠ وحدة دولية/الشهر. لنقص فيتامين (د) المصحوب بأعراض، يمكن إعطاء جرعة تمددية من ٢٠٠,٠٠٠ وحدة دولية على مدار أسبوع واحد. المحتويات: كل كبسولة تحتوي على ٤,٠٠٠ أو ٨,٠٠٠ أو ٢٥,٠٠٠ أو ٥٦,٠٠٠ وحدة دولية من كوليكسينفروول على التوالي. تاريخ مراجعة نص مرافق المعلمات الإحصائية (SPC): ٢٠١٦-٢-٢٨. للحصول على مزيد من المعلومات، بما في ذلك الأسعار والتعينة، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.tlv.se و www.fass.se.

بنفiroول® (كوليكسينفروول) كبسولة لينة، (فيتامين د3)، بوكد Rx. F. ATC A11CC05. دواعي الاستعمال (٤,٠٠٠ و ٨,٠٠٠ و ٢٥,٠٠٠ و ٥٦,٠٠٠ وحدة دولية): الوقاية والعلاج من نقص فيتامين (د) لدى البالغين والمراهقين. كمساعد لعلاج محدد ليباشة العظام في حالات المرضي المعرضين لخطر الإصابة بنقص فيتامين (د). يفضل أن يكون بالتزامن مع الكالسيوم. دواعي الاستعمال (٤,٠٠٠ و ٨,٠٠٠ و ٢٥,٠٠٠ وحدة دولية): الوقاية والعلاج من نقص فيتامين (د) لدى البالغين والمراهقين (الأطفال البالغون من العمر ١٢ عاماً). نقص فيتامين (د) يُعرف بأنه تراكمات مصل ٢٥-هيدروكسي كوليكسينفروول (D₂) > ٢٥ (نالمولو/لتر). كمساعد لعلاج محدد ليباشة العظام في حالات المرضي المصابين بنقص فيتامين (د) أو المعرضين لخطر الإصابة به، يفضل أن يكون بالتزامن مع الكالسيوم. الجرعة الموصى بها: كبسولة واحدة ٤,٠٠٠ وحدة دولية أو ٨,٠٠٠ وحدة دولية/اليوم.



كوليكالسيفروول

لقد وصف لك بنفiroول®

ما هو بنفiroول وفيم يستخدم؟

يحتوي بنفiroول على فيتامين د ۳، والذي ينظم امتصاص الكالسيوم وأليافه، إلى جانب دمج الكالسيوم في أنسجة العظام. يستخدم بنفiroول للوقاية من نقص فيتامين د ۳ وعلاجه في البالغين والمرأهقين. قد يصف طبيبك بنفiroول كعامل مساعد لعلاج دوائي محدد لفقدان العظام، يأتي بنفiroول في شكل كبسولة لينة ببلاستيك تحتوي على زيت أصفر شاحب.

يتم إنتاج الزيت الموجود في الكبسولة باستخدام أحصار دهنية نباتية، والجلاتين في غلاف الكبسولة حلال وموافق للشريعة اليهودية.

كيفية استخدام بنفiroول

احرص دوماً على تناول هذا الدواء تماماً كما أخبرك طبيبك. ينبغي أن تتحقق من طبيبك أو من الصيدلي إذا لم تكن متأكداً مما ينبغي عليك فعله. ينبغي بلع الكبسولات كاملة مع الماء. يمكن تناول بنفiroول مع الطعام أو بدونه. هذا الدواء ليس ملائماً لاستخدام الأطفال دون سن ۱۲ سنة.

الأثار الجانبية المحتملة

كما هو الحال بالنسبة لجميع الأدوية، قد يسبب هذا الدواء آثاراً جانبية، إلا أنها قد لا تصيب الجميع. غير شائعة (قد تحدث فيما يصل إلى مستخدم واحد بين كل ۱۰۰ مستخدم):

فرط كلس الدم (زيادة كمية الكالسيوم في الدم) وفرط كالسيوم البول (زيادة كمية الكالسيوم في البول). نادرة (قد تحدث فيما يصل إلى مستخدم واحد بين كل ۱۰۰۰ مستخدم):

الحكمة، التقطيع الجلدي (الأكلان/الشرى).

للحصول على معلومات المنتج الكاملة، يرجى زيارة: www.fass.se

في الداخل، فإن خطر معاناته من نقص فيتامين د يتزايد على نحو أكبر. عوامل الخطر الأخرى هي العمر ولون البشرة

والبدانة. بقدمنا في العمر، تنخفض قدرة بشرتنا على تحويل أشعة الشمس فوق البنفسجية B إلى فيتامين د بدرجة كبيرة.

إذا كنت تمتلك بشرة فاتحة اللون، فإن قضاء ۲۰ - ۵ دقيقة

بالخارج في الشمس قد يكون كافياً لجسمك في الصيف لإنتاج فيتامين د الذي تحتاجه، ولكن إذا كنت تمتلك بشرة داكنة

اللون، فقد تحتاج إلى قضاء ۱۰ - ۵ أضعاف هذه المدة. يعاني

الأفراد ذوو الوزن الزائد من نقص فيتامين د بصورة أكثر

تكراراً من الأشخاص ذوي الوزن الطبيعي. الباحثون ليسوا

متاكدين تماماً من السبب، ولكن من المرجح أن يكون متصلًا

بحقيقة أن فيتامين د يتم تخزينه في الأنسجة الدهنية وعندما

يكون غير متاح يتم استخدامه بواسطة الجسم.

كيف تعرف أنك تعاني من نقص فيتامين د؟

ينتج عن نقص فيتامين د الطفيف عادة أعراض غير محددة

أو يكون غير مصحوب بأعراض. ولكن من الناحية الأخرى

يمكن أن يؤدي نقص فيتامين د الشديد إلى:

ضعف عام في العضلات

■ ألم في الكتفين وأعلى الذراعين والأرداف والفخذين

■ آلام في عضلات الكتفين أو أعلى الذراعين أو الأرداف أو الفخذين

في بعض الأحيان يمكن أن يكون الألم شديداً لدرجة يصعب معها السير أو الوقوف.

علاج نقص فيتامين د

عادة ما يقوم الطبيب العام بفحص ومعالجة نقص فيتامين د.

يمكن قياس مستوى فيتامين د في الجسم باختبار دم بسيط، والذي تتم الإشارة إليه بالوحدة نانومول/لتر. عادةً ما يدل مستوى القياس البالغ ۲۵ نانومول/لتر أو مستوى القياس

الأقل على نقص فيتامين د.

يتوفر العلاج الفعال لنقص فيتامين د في شكل أقراص أو قطرات

يصفها الطبيب. وتتفاوت جرعة فيتامين د من شخص لآخر وتعتمد

على عدة أمور منها مدى شدة النقص وعما إذا كانت هناك أي

حالات طبية أساسية تؤثر على امتصاص الجسم لفيتامين د. ويحتاج

بعض الأشخاص إلى تناول فيتامين د كل يوم، بينما يحتاج البعض

الآخر لتناوله مرة واحدة في الأسبوع أو مررت واحدة في الشهر.

ما هو فيتامين (د)؟

فيتامين (د) هو فيتامين ذائب بالدهن. نحن نحصل على هذا

الفيتامين بطرقتين: عبر الطعام وعبر الشمس عندما نكون

بالخارج. إن فيتامين د الموجود في الطعام نحصل عليه في المقام الأول من الأسماك؛ سمك السلمون والرنجة والمackerيل، على سبيل المثال، والتي تحتوي على الكثير من فيتامين د.

وتحتاج منتجات الألبان والسمن الصناعي والأطعمة القابلة للدهن أيضًا مصادر مهمة إذا كانت غنية بفيتامين د. يحتوي البيض

واللحوم أيضًا على بعض من فيتامين د. وتحتاج الشمس ما يقرب من ۹۰ دقيقة من الموجود لدينا من فيتامين د، وهذا

هو السبب في أنه يسمى أحياناً "فيتامين د شعة الشمس". يمكن الحصول على كمية كافية من فيتامين د في الصيف من خلال

الذهاب إلى الخارج في أشعة الشمس سريعاً وقصيرًا أو قميس ينصفكم لمدة ربع ساعة في اليوم لبعض مرات في الأسبوع.

ما المقصود بنقص فيتامين د؟

يحدث نقص فيتامين د عندما تكون لديك مستويات منخفضة من فيتامين د في جسمك. ويمكن أن يؤدي هذا إلى حدوث مشكلات

صحية مزجعة ومؤلمة. ينتج الجسم فيتامين د ۳، وتحت وظيفته الأساسية هي تنظيم امتصاص الكالسيوم والفوسفات من الأمعاء، لتمكن الطعام من النمو بصورة طبيعية.

يمكن أن يؤدي النقص الخطير لفيتامين د إلى جعل العظام لينة ومشوهة الشكل، وهي ما يدعى تلين العظام لدى البالغين والكساح لدى الأطفال. ويعود هذا إلى المرض نادرياً في الغرب ولكن زادت نسبتها في الأعوام الأخيرة، نظراً للتغير

أنيط الحياة على الأرجح. يمكن أن يؤدي نقص فيتامين د إلى فقدان العظام وجود خلل في وظائف العضلات. ولذا من المهم الحصول على علاج لنقص فيتامين د في مرحلة مبكرة.

ما الذي يسبب نقص فيتامين د؟

نحصل على فيتامين د في خطوط العرض الشمالية الخاصة

بنا من الشمس في أشهر الصيف، من أبريل حتى سبتمبر. لذا

هناك خطر أكبر بكثير لحدوث نقص فيتامين د في الشتاء.

على الرغم من حقيقة أنه هناك أطعمة معينة غنية بفيتامين د،

فقد يصعب الحصول على الجرعة اليومية الموصى بها. وإذا

كنت ترتدي بالإضافة إلى ذلك ملابس تغطيك بأكمل طوال

العام أو تتناول نظاماً غذائياً خاصاً أو تمضي الكثير من الوقت

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



Consilient Health
Rotebergsvägen 1a, 192 78 Sollentuna
الهاتف: +۴۶ (۰) ۸ ۶۶۶ ۲۰ ۱۷
البريد الإلكتروني: infonordic@consilienthealth.com

منشأة الرعاية الصحية

طبيبي

الهاتف

SE/BEN/0317/0006