

کلسیم سیترات - ویتامین D (Calcicum Citrate - Vitamin D)

دسته دارویی: مکمل ویتامین / مینرال

برند داروسازی امین: Calcit-D®

شکل دارویی: قرص روکش دار (FC) حاوی ۲۵۰ میلی‌گرم سیترات کلسیم و ۱۰۰ واحد بین‌المللی ویتامین D3

ترکیب و نحوه عملکرد

هر ۴/۷۴ میلی‌گرم سیترات کلسیم tetrahydrate تقریباً معادل یک میلی‌گرم کلسیم المنتال است. کلسیم نقش‌های مهمی در بدن دارد و برای عملکرد نرمال اعصاب، عضلات و استخوان ضروری است. در اعصاب برای آزاد کردن ناقل‌های عصبی و در عضلات برای ایجاد انقباض عضلانی و در استخوان برای شرکت در ساختار هیدروکسی‌آپاتایت یعنی برای bone formation و استحکام استخوان‌ها ضروری می‌باشد و باید در حالت نرمال غلظت آن در هر ۱۰۰ میلی‌لیتر خون ۱۰ میلی‌گرم باشد. اگر کلسیم به اندازه کافی در خون وجود نداشته باشد، بدن کلسیم مورد نیاز خود را از استخوان‌ها برداشت می‌کند یعنی ایجاد bone resorption شده و استخوان‌ها مواد معدنی و استحکام خود را از دست داده و دچار اوستئوپنی و اوستئوپوروز (پوکی استخوان) می‌شوند. ویتامین D3، ویتامین محلول در چربی است که ابتدا در کبد و سپس در کلیه در ساختار آن تغییر ایجاد شده (هیدروکسیلاسیون) و تبدیل به فرم فعال ویتامین D می‌شود. این ویتامین به جذب کلسیم از روده، بازجذب کلسیم و فسفات از لوله‌های کلیوی کرده و نهایتاً bone formation کمک می‌کند. قرص‌های کلسیم-ویتامین D باعث تأمین کلسیم و ویتامین D لازم برای بدن می‌شوند.

مزایای ملح کلسیم سیترات نسبت به کلسیم کربنات

- ۱- قابلیت جذب و فراهم‌زیستی بیشتر
- ۲- عدم نیاز به محیط اسیدی جهت جذب و در نتیجه مصرف فرآورده بدون توجه به وعده‌های غذایی
- ۳- عدم تداخل با داروهای مهارکننده اسید معده
- ۴- مهار تشکیل سنگ‌های کلیوی از طریق افزایش سیترات

موارد و مقدار مصرف

- ۱- به عنوان مکمل غذایی در مواردی که دریافت کلسیم و ویتامین D کم باشد.
 - ۲- در درمان کمبود کلسیم، هیپوپاراتیروئیدیسم، پوکی استخوان پس از یائسگی و در دروان سالخوردگی، راشی تیسم و اوستئومالاسی
 - ۳- در بعضی از بیماری های عضلانی مثل تتانی مخفی (latent tetany)
 - ۴- در خانم های حامله و شیرده
 - ۵- در افرادی که تحت درمان با بعضی از داروها مثل پردنیزولون هستند.
- ✳قرص های کلسیم-D روزی یک یا دو عدد مصرف می شوند.

عوارض جانبی دارو

در بعضی از بیماران ممکن است عوارضی مثل بی اشتها، تهوع، یبوست، دردشکم، تشنگی و افزایش حجم ادرار ایجاد شود.

موارد منع مصرف دارو

- وجود آلرژی به اجزاء فرمولاسیون قرص
- هیپرکلسمی

تداخل اثر

- ۱- کلسیم می تواند اثرات سمی دیگوکسین را افزایش دهد.
- ۲- مصرف همزمان با مدرهای تیازیدی مثل هیدروکلروتیازید باعث کاهش دفع کلسیم و بالا رفتن غلظت کلسیم خون می شود.
- ۳- مصرف همزمان با تتراسایکلین ها، فلوروکینولون ها (مثل سیپروفلوکساسین)، بیس فسفونات ها (مثل آلدرونات) و لووتیروکسین باعث کاهش جذب این داروها می شود.
- ۴- مصرف همزمان با رزین های پائین آورنده چربی خون (مثل کلستیرامین) باعث کاهش جذب ویتامین D می شود.
- ۵- مصرف همزمان با وراپامیل باعث ایجاد آنتاگونیسم می شود.
- ۶- مصرف همزمان با غذاهای حاوی اگزالات (ریواس و اسفناج)، فیتات (غلات) و فسفات (شیر و لبنیات) باعث کاهش جذب کلسیم می شود.

نکات آموزشی درباره این دارو

- ۱- دارو بهتر است همزمان با داروهای دیگر مصرف نشود (داروهای دیگر حداقل ۱ تا ۲ ساعت بعد از قرصهای کلسیم-D مصرف شوند).
- ۲- در حین درمان بهتر است غلظت کلسیم در خون به صورت پرپودیک اندازه گیری شود.
- ۳- علائم overdose کلسیم شامل تهوع و استفراغ، کم شدن اشتها، تغییرات در خلق و خو، سردرد، احساس خستگی و خواب آلودگی هستند.

شرایط نگهداری دارو

دارو دور از نور و در دمای کمتر از ۳۰ درجه سانتی گراد نگهداری شود.

نوع بسته بندی دارو

فلاکون ۵۰ عددی