

## مولتی ویتامین مینرال (Multivitamin Mineral)

دسته دارویی: ویتامین - الکترولیت

### اشکال دارویی:

- ۱- کپسول مولتی ویتامین مینرال با نام برند Amin Multivitamin Mineral<sup>®</sup>
- ۲- قرص روکشدار مولتی ویتامین مینرال، پرناتال (مخصوص خانم های باردار و شیرده) با نام برند Lady Viten<sup>®</sup>
- ۳- قطره ۱۵ میلی لیتری مولتی ویتامین + آهن با نام برند Viten Plus<sup>®</sup>
- ۴- شربت ب کمپلکس + ویتامین سی + زینک با نام برند Penta Viten Plus Zinc<sup>®</sup>
- ۵- کپسول فروس سولفات + اسیدفولیک + زینک Kefol Plus<sup>®</sup>

### ترکیب و نحوه عملکرد

❖ کپسول مولتی ویتامین مینرال شامل سه ویتامین محلول در چربی، شش ویتامین محلول در آب و چهار ماده معدنی (مینرال) می باشد:

هر کپسول مولتی ویتامین مینرال حاوی:

- ۵۰۰۰ IU ویتامین A
- ۴۰۰ IU ویتامین D<sub>3</sub>
- ۳۰ IU ویتامین E
- ۶۰ mg ویتامین C
- ۱/۵ mg ویتامین B<sub>1</sub>
- ۱/۷ mg ویتامین B<sub>2</sub>
- ۲ mg ویتامین B<sub>6</sub>
- ۲۰ mg نیکوتینامید
- ۰/۴ mg اسیدفولیک
- ۱۸ mg آهن (به صورت فروس فومارات)
- ۱۲۵ mg کلسیم (به صورت کلسیم کربنات)
- ۰/۱۵ mg ید (به صورت پتاسیم آیوداید)
- ۱۰۰ mg منیزیم (به صورت اکسید منیزیم)

مکمل مولتی ویتامین مینرال به فرآورده هایی اطلاق می شود شامل چند ویتامین و مینرال بوده ولی فاقد هرگونه گیاه، هورمون یا دارو هستند و مقدار هر یک از ویتامین ها و مینرال ها کمتر از حداکثر مقدار قابل تحمل آنها است. هر یک از ویتامین ها و مینرال های موجود در فرمولاسیون این فرآورده در بدن نقش انحصاری دارند. برای نقش ویتامین ها به منوگراف مولتی ویتامین مراجعه شود. برای نقش آهن در بدن به منوگراف فرسولفات مراجعه شود.

**کلسیم** از ماکرومینرال ها می باشد که همراه فسفات، عنصر اصلی برای ساخت استخوان ها و دندان ها است. کلسیم به صورت یونیزه نیز در بدن نقش های مختلف دارد. به عنوان مثال کلسیم امکان تبادل پیام بین دو عصب یا یک عصب و یک ارگان را فراهم می کند. کلسیم در انقباض عضلات، تنظیم تحریر پذیرگی غشاء عضلات و در لخته شدن خون نقش اساسی دارد. غلظت نرمال آن در خون ۱۰ میلی گرم در دسی لیتر است که عوامل مختلف از جمله ویتامین D در تنظیم این غلظت دخیل می باشند.

**ویتامین D** برای رشد نرمال لازم است که این اثر مربوط به تأثیر این ویتامین در جذب و باز جذب کلسیم و فسفات از روده و کلیه می باشد. به طوریکه کمبود ویتامین D ، کلسیم و فسفات باعث subnormal growth یا subnormal bone development می شود و به این جهت در موارد کمبود نسبی کلسیم، کلسیم همراه ویتامین D مصرف می شود.

**ید** از میکرومینرال ها است و برای ساخته شدن هورمون های تیروئید لازم است. کمبود آن ایجاد گواتر آندمیک می کند. منیزیم از عناصر ماکرومینرال است. این فلز برای بیش از ۳۰۰ آنزیم، نقش کوفاکتوری دارد. در مراحل مختلف سنتز DNA ، RNA و پروتئین و در انتقال موج عصبی در بدن نقش دارد. کمبود آن می تواند به رشد و عملکرد عصب-عضله آسیب بزند.

استفاده از کپسول های مولتی ویتامین/مینرال می تواند از کمبود کلسیم و منیزیم جلوگیری کند. بهتر است بیمار داروهای دیگر را حداقل ۱ تا ۲ ساعت پس از کپسول های مولتی ویتامین/مینرال مصرف کند تا کربنات کلسیم موجود در این کپسول ها جذب آنها را تحت تأثیر قرار ندهد. جذب کلسیم در صورت مصرف همزمان با ریواس و اسفناج که حاوی اسید اگزالیک هستند، غلات و حبوبات که حاوی اسید فیتیک هستند و شیر و لبنیات که حاوی فسفر هستند کم می شود. در افرادی که حساسیت به هر یک از اجزاء موجود در فرمولاسیون این کپسول دارند، نباید از این فرآورده استفاده شود.

❖ هر قرص لیدی ویتن حاوی :

۱۸ mg : نیاسین آمید

۸۰۰ mcg : فولیک اسید

۲۷ mcg : (به صورت ملح فومارات) آهن

۲۰۰ mcg : (به صورت ملح کربنات) کلسیم

۲۵ mcg : زینک

۲۷۰۰ IU : ویتامین A

۱۱ IU : ویتامین E

۴۰۰ IU : ویتامین D<sub>3</sub>

۱۰۰ IU : ویتامین C

۴ mcg : ویتامین B<sub>12</sub>

۱/۸۴ mcg : ویتامین B<sub>1</sub>

۱/۷ mcg : ویتامین B<sub>2</sub>

۲/۶ mcg : ویتامین B<sub>6</sub>

قرص لیدی ویتن، تأمین کننده ویتامین ها و مواد معدنی مورد نیاز خانم های باردار و شیرده می باشد که حتی ممکن است علیرغم رعایت رژیم غذایی مناسب، دچار کمبود برخی از مواد معدنی و ویتامین ها باشند. مکمل های دوران بارداری به صورت خاص، اسید فولیک و آهن بیشتری نسبت به مکمل های استاندارد بزرگسالان دارد.

دلیل افزایش مقادیر اسید فولیک و آهن به شرح ذیل می باشد:

۱- اسید فولیک باعث جلوگیری از ایجاد نقائص لوله عصبی و Abnormality های مغزی- نخاعی می گردد.

۲- آهن شرایط مناسب رشد و نمو را مهیا کرده و همچنین مانع از ایجاد کم خونی می گردد. در ضمن مطالعات نشان می دهد، مکمل های ویژه دوران بارداری خطر تولد کودک با وزن پایین را کاهش می دهد.

کلسیم و ویتامین D ، بخصوص در سه ماهه سوم بارداری از اهمیت خاصی برخوردار است. زیرا در این دوران استخوان های جنین به سرعت در حال رشد و استحکام می باشد. شایان ذکر است محصولات ویژه دوران بارداری، مکمل هایی هستند که بایستی در کنار رژیم غذایی مناسب بآکار گرفته شود و هیچگاه به تنهایی جایگزین تغذیه مناسب نخواهند بود.

بهترین زمان آغاز مصرف مکمل های بارداری قبل از حاملگی است. زیرا لوله عصبی جنین که سیستم مغزی- نخاعی کودک را تشکیل می دهد، طی ماه اول بارداری شکل می گیرد و این درست در زمانی است که مادر ممکن است از بارداری خود مطلع نباشد. دیگر اشکال دارویی حاوی برخی ویتامین ها و املاح معدنی خاص با توجه به نیاز مصرف کننده و تشخیص نیاز به نوع خاصی از مکمل ها تجویز می شود. جهت اطلاع از کاربرد هر یک از اجزاء به منوگراف های مربوطه مراجعه شود.

❖ هر قطره ویتن پلاس در هر میلی لیتر حاوی:

۱۸ mg : نیکوتینامید

۱۰ mcg : (به صورت ملح سولفات ۷ آبه) آهن

۱۵۰۰ IU : ویتامین A

۵ IU : ویتامین E

۴۰۰ IU : ویتامین D<sub>3</sub>

۳۵ IU : ویتامین C

۰/۵ mg : ویتامین B<sub>1</sub>

۰/۶ mg : ویتامین B<sub>2</sub>

۰/۴ mcg : ویتامین B<sub>6</sub>

❖ هر شربت پنتا ویتن پلاس زینک در هر ۵ میلی لیتر حاوی:

۵ mg : زینک

۰/۶ mg : ویتامین B<sub>1</sub>

۰/۶۵ mg : ویتامین B<sub>6</sub>

۰/۶۵ mg : ویتامین B<sub>2</sub>

۴۰ mg : ویتامین C

۴ mg : نیکوتینامید

❖ هر کپسول فروس سولفات + اسید فولیک + زینک حاوی :

۱۵۰ mg : فروس سولفات خشک شده

۰/۵ mg : فولیک اسید

۶۱/۸ mg : زینک سولفات (معادل تقریباً ۲۲/۵ میلی گرم زینک)

## شرایط نگهداری دارو

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

## نوع بسته‌بندی دارو

- کپسول مولتی ویتامین مینرال : جعبه حاوی بلیسترهای ۱۰ عددی
- قرص لیدی ویتن : فلاکون ۵۰ عددی
- قطره ویتن پلاس : شیشه ۱۵ میلی لیتری
- شربت پنتا ویتن پلاس زینک : شیشه ۲۰۰ میلی لیتری
- کپسول کفول پلاس : جعبه حاوی بلیسترهای ۱۰ عددی