

**CENTROVIT****سیتراول®****مواد موثر در هر قرص**

کلسیم (به صورت سیترات)	۲۵۰	میلی گرم
منیزیم (به صورت اکساید)	۱۰۰	میلی گرم
زینک (به صورت گلوکونات)	۵	میلی گرم
ویتامین د۳	۴۰۰	واحد بین المللی
منگنز (به صورت گلوکونات)	۱	میلی گرم
مس (به صورت گلوکونات)	۵۰۰	میکروگرم
سلنیوم (به صورت سدیم سلنات)	۲۷/۵	میکروگرم
ویتامین کاپ	۴۵	میکروگرم

خواص مواد تشکیل دهنده:

کلسیم از املاح بسیار ضروری برای بدن می باشد که کمبود آن در رژیم غذایی سبب کاهش تراکم استخوان (استئوپورز) و افزایش ریسک شکستگی های استخوانی می شود. بر اساس توصیه های سازمان های بین المللی، بدن یک فرد بالغ روزانه به حدود ۱۰۰۰ تا ۱۳۰۰ میلی گرم کلسیم نیاز دارد. هر قرص **سیتراول®** حاوی ۲۵۰ میلی گرم کلسیم می باشد که با مصرف ۲ قرص در روز نیمی از نیاز شما به کلسیم را تأمین می نماید.

همچنین این فرآورده حاوی **ویتامین د۳ و کاپ** می باشد که در جذب و متابولیسم کلسیم در بدن نقش اساسی دارند. **ویتامین کاپ** ضمن کمک به قرارگیری کلسیم در بافت استخوان ها از رسوب کلسیم در جدار عروق نیز ممانعت می نماید.

منیزیم علاوه بر کمک به سلامت سیستم عصبی و عضلانی و کاهش اسپاسم عضلانی، سبب تبدیل ویتامین د به فرم فعال آن در بدن می شود و **زینک** نیز علاوه بر تقویت سیستم ایمنی سبب تقویت تقسیم سلولی در بافت استخوانی می شود.

مس: آنتی اکسیدان، به جلوگیری از کم خونی و کاهش ریسک ابتلا به پوکی استخوان کمک می نماید.

منگنز: کمک به سلامت ساختار و سلامت استخوان ها می نماید.

موارد مصرف:

- کمک به سلامت استخوان ها.

- این فرآورده مکمل است و برای تشخیص، پیشگیری و یا درمان بیماری نمی باشد.

موارد منع مصرف:

در صورت داشتن سابقه واکنش های حساسیتی به هر یک از اجزای تشکیل دهنده این فرآورده، از مصرف آن خودداری نمایید

مصرف در بارداری و شیردهی:

پیش از مصرف این فرآورده در دوران بارداری یا شیردهی با پزشک مشورت نمایید.

هشدارها و احتیاطات مصرف:

- در صورت ابتلا به هر گونه بیماری و یا مصرف هر نوع دارو پیش از مصرف این فرآورده با پزشک یا داروساز مشورت نمایید.

- مصرف بیش از حد فرآورده های حاوی کلسیم و یا ویتامین D به ویژه در افراد مبتلا به نارسایی کلیوی و افراد تحت درمان با مشتقات ویتامین D یا هیدروکلروتیازید ممکن است سبب افزایش میزان کلسیم در خون شود. در صورت بروز علائمی مانند بی اشتها، تهوع، استفراغ، یبوست، درد شکمی، ضعف عضلانی، اختلالات رفتاری، تشنگی مفرط و تکرر ادرار مصرف این فرآورده را قطع نموده و به پزشک خود اطلاع دهید.

- ۲ هفته پیش از هرگونه عمل جراحی مصرف این فرآورده را قطع نمایید.

- از مصرف بیش از مقادیر توصیه شده خودداری نمایید.

مقدار و نحوه صحیح مصرف:

روزانه ۲ عدد قرص همراه با یک لیوان آب مصرف شود.

عوارض جانبی:

- مصرف این فرآورده در مقادیر توصیه شده اغلب سبب بروز عوارض جانبی نمیشود اما ممکن است عوارضی از قبیل اسهال، تهوع، درد شکمی و استفراغ بروز پیدا کند. در صورت بروز عوارض گوارشی این فرآورده را بعد از غذا مصرف نمایید.

- مصرف این فرآورده ممکن است سبب تغییر رنگ ادرار شود که عارضه طبیعی بوده و نشانه بیماری نمی باشد.

- در صورت بروز و ادامه یافتن هر گونه عارضه جانبی و یا بروز واکنش های حساسیتی مصرف این فرآورده را قطع نمایید.

مسمومیت:

در صورت مصرف اتفاقی بیش از مقدار توصیه شده سریعاً به پزشک و یا مراکز درمانی مراجعه نمایید.

تداخلات دارویی:

- از مصرف همزمان با سایر مکمل های حاوی کلسیم، منیزیم، روی، ویتامین D و ویتامین C خودداری نمایید.
- توصیه می شود دو ساعت قبل و دو ساعت پس از مصرف این فرآورده از مصرف داروهای مربوط به بیماری تیروئید، داروهای پوکی استخوان مانند آلدرونیس و داروهای ضد انعقاد مانند وارفارین و هپارین، ارلی استات، برخی آنتی بیوتیک ها مانند سیپروفلوکساسین و تتراسایکلین، هیدروکلروتیازید، داروهای کورتونی، فرآورده های غذایی سبوس دار و برخی نوشیدنی ها مانند چای و قهوه به سبب احتمال کاهش جذب املاح این فرآورده خودداری نمایید.

شرایط نگهداری:

- در دمای زیر ۳۰ درجه سانتیگراد و دور از نور و رطوبت نگهداری نمایید.

- دور از دسترس کودکان نگهداری نمایید.

