

دستور العمل استفاده از ویتامین D₃ مگادوز (دوز ۵۰۰۰۰)

- ۱- مطابق دستور العمل وزارت بهداشت این میزان دوز برای استفاده ۵ ماه شما و هر ماه یک عدد می باشد و دوز پیشگیرانه برای کمبود ویتامین D بدون عارضه است.
- ۲- بهتر است مکمل ویتامین D با وعده های اصلی غذا (ناهار یا شام) مصرف شود.
- ۳- در صورتیکه شما بتازگی تزریق آمپول ویتامین D داشته اید برای مصرف این مکمل با پزشک مشورت نمایید.

احتمال تداخل دارویی ویتامین D با داروهای زیر

- ۱- مصرف همزمان این مکمل با داروهای همچون کورتیکواستروئیدها : پردنیزولون، کاهنده وزن : اورلی استات ، کاهنده چربی: کلستیرامین ، داروهای ضد تشنج :فنوباریتال و فنی توپین و داروهای درمان بیماری سل : ریفامپین و ایزونیازید تداخل داشته و موجب کاهش اثر ویتامین D می شود .
- ۲- مصرف همزمان این مکمل با داروهای کاهنده کلسترول : استاتینها مثل اتورواستاتین و ادرارآورها برای کاهش فشار خون می تواند سطح ویتامین D خون را افزایش دهد.
- ۳- در صورتیکه فرد آنتی اسید مصرف می کند لازم است ویتامین D را دو ساعت قبل یا ۴ ساعت بعد از آنتی اسید میل کند .
- ۴- در صورت مصرف داروی قلبی دیگوکسین مصرف ویتامین D با نظر پزشک معالج باشد.

- **توجه :** در صورت بروز علائم مسمومیت شامل یبوست ، ضعف، خستگی، خواب آلودگی، سردرد، کاهش اشتها، پرنوشی، خشکی دهان، طعم آهن در دهان ، تهوع و استفراغ از ادامه مصرف خودداری کرده و به مرکز بهداشت و درمان مراجعه نمایید.