

D-COLEFOR (Vitamin D3) – Bilgilendirme Sayfası

İlaç Adı: D-Colefor

Etkin Madde: Kolekalsiferol (Vitamin D3)

Kullanım Alanı

D-Colefor, aşağıdaki durumlarda kullanılır:

- Vitamin D eksikliği tedavisi
- Kemik ve bağışıklık sisteminin desteklenmesi
- Osteoporoz tedavisinde yardımcı destek
- Çocuk, yetişkin ve yaşlılarda vitamin D takviyesi

Yaygın Yan Etkiler

- Hafif bulantı
- Baş ağrısı
- Halsizlik / yorgunluk
- Mide rahatsızlığı

Ciddi Yan Etkiler (*Genellikle yüksek doz alındığında görülür*)

- Hiperkalsemi (kan kalsiyumunun yükselmesi)
- Şiddetli kusma
- Bilinç bulanıklığı
- Aritmi (kalp ritim bozukluğu)
- İdrar miktarında azalma (böbrek etkilenmesi)

Uyarılar

- Doktor önerisi olmadan **yüksek doz D vitamini alınmamalıdır**.
 - Böbrek hastalığı, böbrek taşı veya yüksek kalsiyum varsa dikkatli kullanılmalıdır.
 - Uzun süreli kullanımda **kan tahlilleriyle takip** önerilir.
-

Etkileşimler

- Kalsiyum takviyeleri (aynı anda yüksek doz alınmamalı)
 - Tiyazid grubu diüretikler (idrar söktürücü)
 - Kortizon türevleri
 - Bazı epilepsi ilaçları
 - Yüksek doz magnezyum takviyeleri
-

D Vitamini Ne Zaman Alınmalı? (Gece mi, Gündüz mü?)

En ideal zaman: Sabah veya öğle

- D vitamini **yağda çözünür**, bu yüzden **yağ içeren bir öğünle birlikte** alınması emilimi artırır.
- Kahvaltı veya öğle yemeği en uygun zamandır.

D Vitamini Neyle Tüketilmemeli?

Çay ve kahve ile birlikte değil

- Tanen ve kafein **emilimi azaltır**.
- **En az 1 saat ara** olmalı.

Yüksek doz kalsiyum ile aynı anda alınmamalı

- Hiperkalsemi riskini artırır.

Lif takviyeleri ile eş zamanlı alınmamalı

- Yağda çözünen vitaminlerin emilimini düşürebilir.

Alkol ile alınmamalı

- Karaciğer D vitamini metabolizmasını bozar.

Antiasit / mide koruyucularla aynı anda alınması emilimi azaltabilir

- Mide asidinin düşmesi D vitamini emilimini etkileyebilir
-

Uyarı (Disclaimer):

Bu metin **bilgilendirme amaçlıdır**, tıbbi tavsiye yerine geçmez.
Her kullanımdan önce doktorunuza veya eczacınıza danışınız.