

گروه دارویی کیش مدیفارم

کپسول سولوفر

یکی از مشکلاتی که همواره گریبان‌گیر بسیاری از افراد در طول زندگی است، فقر آهن به شمار می‌رود. برای درمان این مشکل و برطرف کردن کمبود آهن در بدن راه‌های متفاوتی وجود دارد. مصرف مکمل‌های حاوی آهن، اصلاح رژیم غذایی و افزایش جذب آهن (مصرف ویتامین سی) از شیوه‌های پیشنهاد شده برای جذب بیشتر آهن و برطرف کردن کمبود این ویتامین مهم در بدن به حساب می‌آید.

از بهترین مکمل‌های آهن که همیشه توسط متخصصین پیشنهاد می‌شود مکمل سولوفر بوده که در هر کپسول آن دارای ۱۰۰ میلی‌گرم آهن المنتال وجود دارد. این مکمل غذایی می‌تواند به صورت روزانه برای آقایان و خانم‌ها مورد استفاده قرار گیرد. به یاد داشته باشید خود درمانی خصوصاً در مبحث کمبود آهن می‌تواند یک امر خطرناک به شمار بیاید و مشکلات خطرآفرینی را به همراه داشته باشد.

برای اطمینان از کم داشتن آهن در بدن بهتر است با آزمایش خون و مراجعه به پزشک متخصص از این عارضه اطمینان حاصل بفرمایید. رایج‌ترین نشانه‌های کمبود آهن در بدن معمولاً موارد زیر است:

- احساس ضعف عمومی، خستگی شدید و همیشگی و نداشتن انرژی برای انجام امور روزمره
- بی‌میلی شدید و کاهش اشتها
- رنگ‌پریدگی در قسمت‌های لب، پلک و زیر ناخن (شکننده، دارای خطوط عمودی، قاشقی شکل و ضعیف بودن)
- آریتمی، ضربان‌های نامنظم قلب مشکل در تنفس و ایجاد تنگی نفس در کارهای ساده روزمره
- افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی، عفونت در بارداری
- اختلال در بلعیدن غذا و حس تنگی در ناحیه گلو
- عصبانیت و بیش از اندازه تحریک‌پذیر بودن
- ضعیف شدن سیستم ایمنی و بروز عفونت‌ها
- هوس‌های غذایی نامتعارف (یخ و خاک)
- مشکل در تمرکز و حافظه کوتاه مدت
- ایجاد حس طعم آهن و فلز در دهان
- مشکلات گوارشی از جمله یبوست
- بروز مشکل و اختلال در خواب
- کمبود اشتیاق و میل جنسی

- سر درد و سر گیجه
- سندرم پای بی‌قرار
- عدم تحمل سرما
- ریزش مو

استفاده خودسرانه از مکمل سولوفر و دیگر مکمل‌های آهن مشکلاتی به همراه دارد که در ادامه به برخی از این موارد پرداخته‌ایم:

- **مسمومیت با آهن:** این مورد می‌تواند سبب بروز عوارضی از جمله درد شکم، حالت تهوع، کما و حتی مرگ باشد، بنابراین بسیار مهم بوده که کپسول سولوفر را به اندازه توصیه شده توسط پزشک معالج مصرف بفرمایید.
- **تداخل با جذب سایر مواد مغذی:** اگر آهن بیش از حد مورد نیاز استفاده شود بدن دچار کمبود ویتامین‌های دیگری از جمله روی، مس و کلسیم شود. بنابراین بسیار مهم است که کپسول سولوفر و دیگر مکمل‌های آهن را به حد مورد نیاز استفاده بفرمایید.
- **تشدید برخی بیماری‌ها:** افراط در استفاده از مکمل‌های آهن منجر به مشکلات کبدی و یا مشکل انباشت بیش از اندازه آهن (هموکروماتوز) در بدن می‌شود که می‌تواند مشکلات جبران‌ناپذیری را به همراه خود داشته باشد.
- **عدم تشخیص صحیح کمبود آهن:** اگر فردی به طور خودسرانه سولوفر و دیگر مکمل‌های آهن را استفاده نماید تشخیص بیماری‌های دیگری از جمله کم خونی‌های ناشی از کمبود ویتامین B12 یا کمبود اسید فولیک را سخت و یا غیرممکن می‌سازد.
- **عدم تعیین دوز مناسب:** بدن هر شخص با توجه به کمبودهای ویتامینی که دارد نیازمند مصرف مکمل بوده و فقر آهن نیز از این قاعده مستثنی نیست. مکمل سولوفر در صورتی که به میزان مورد نیاز استفاده شود بسیار مفید است اما اگر فردی به طور خودسرانه آن را استفاده کند می‌تواند دچار فقر و یا انباشت آهن شود.

موارد مصرف مکمل سولوفر

حتماً می‌دانید که کمبود آهن علاوه بر اینکه خود معضل بزرگی به شمار می‌رود، مشکلات دیگری از جمله اختلال در عملکرد کبد را نیز به همراه دارد. بعد از آزمایش خون و بررسی علامت‌های کمبود آهن پزشک متخصص معمولاً مصرف مکمل سولوفر را به میزان مورد نیاز شما تجویز می‌کند. در ادامه به ذکر موارد

قابل استفاده کپسول سولوفر اشاره خواهیم کرد و لازم است به یاد داشته باشید این شرایط به علت عدم وجود آهن مورد نیاز بدن رخ خواهد داد:

- **درمان کم خونی فقر آهن:** شایع‌ترین نوع کم خونی به شمار می‌رود که می‌تواند با استفاده از سولوفر به راحتی درمان شود.
- **افزایش سطح انرژی:** راه رسیدن اکسیژن به سلول آهن بوده که کمبود آن باعث خستگی می‌شود. بنابراین اگر احساس ضعف و خستگی شما به علت نداشتن آهن مورد نیاز بدن است، مکمل سولوفر می‌تواند یک راه‌کار فوق‌العاده باشد.
- **بهبود ساز و کار تیروئید:** کمبود آهن می‌تواند سبب ایجاد اختلال در عملکرد غدد تیروئید شود، بنابراین در مواقعی که مشکلات تیروئید به دلیل فقر آهن است، پزشک متخصص کپسول سولوفر را پیشنهاد می‌دهد.
- **بهینه‌سازی عملکردهای ذهنی و شناختی:** اگر مشکل اختلال حافظه و تمرکز به علت فقر آهن باشد، باید در اسرع وقت به منظور بهبود میزان آهن بدن از یک مکمل آهن استفاده کرد. یکی از تاثیرات غیرمستقیم مکمل سولوفر افزایش تمرکز و حافظه است.
- **تنظیم دمای بدن:** همان‌طور که گفته شد یکی از رایج‌ترین نشانه‌های فقر آهن سرد بودن دست‌ها و پاها محسوب می‌شود. تعریق بیش از اندازه دیگر علامت فقر آهن به شمار می‌رود. آهن وظیفه حمل اکسیژن به سلول‌ها را دارد، بنابراین فقر آن سبب اختلال در تولید گرما می‌شود، در این موارد نیز پزشک معالج سولوفر را پیشنهاد می‌دهد.
- **پیشگیری از زایمان زودرس:** کمبود آهن یکی از رایج‌ترین دلایلی به حساب می‌آید که سبب زایمان زودرس نوزاد می‌شود. این مورد می‌تواند خطرات جدی را به همراه داشته باشد بنابراین پزشک متخصص با تجویز مکمل سولوفر به میزان مناسب، تنظیم یک رژیم غذایی مناسب حاوی آهن (گوشت، مرغ، ماهی، حبوبات، سبزیجات برگ‌دار و میوه‌های خشک) و مصرف ویتامین سی همراه با غذاهای حاوی آهن (سبب افزایش جذب آهن می‌شود) از بروز زایمان زودرس جلوگیری می‌نماید.
- **تقویت سیستم ایمنی:** وجود میزان مناسبی از گلبول سفید به منظور دفاع از بدن در برابر عفونت‌ها بسیار مهم است. وظیفه تولید و عملکرد این گلبول‌ها با آهن است، بنابراین فقر آهن می‌تواند ضعف سیستم ایمنی را به همراه داشته باشد که در این مواقع مصرف کپسول سولوفر با دوز مورد نیاز یکی از بهترین راه‌کارها به شمار می‌رود.
- **تقویت عضلات:** یکی از مشکلاتی که کمبود آهن به وجود می‌آورد تضعیف عضلات، خستگی و عدم امکان انجام فعالیت روزمره است. در این

شرایط می‌توان با استفاده از سولوفر این کسر آهن بدن که منجر به ضعیف شدن عضله شده را برطرف کرد.

- **افزایش قدرت باروری:** کمبود میل و اشتیاق جنسی چه در آقایان و چه در خانم‌ها از مهم‌ترین علائم کمبود آهن بوده که با تشخیص به‌موقع و درست این عارضه می‌توان از راه‌کارهای درمانی مانند استفاده از کپسول سولوفر استفاده کرد.

- **جلوگیری از بیماری‌های قلبی-عروقی، سکته مغزی و آلزایمر:** در صورت استفاده از مکمل‌های آهن به میزان مورد نیاز و جبران فقر آهن به راحتی می‌توان از بروز این عوارض ناخواسته جلوگیری کرد.

- **کاهش ریزش مو:** از عمده‌ترین علت‌های کمبود اعتمادبه‌نفس خصوص در آقایان کچلی و ریزش مو به شمار می‌رود از آنجایی که کمبود آهن می‌تواند باعث ریزش مو شود، بهتر است به‌موقع در صورت تشخیص پزشک متخصص از سولوفر استفاده کرد.

- **بهبود عملکردهای ورزشی:** اگر شما هم در هنگام ورزش‌های حتی سبک کم می‌آورید شاید کمبود آهن دارید و بهتر بوده با آزمایش خون و پایش علائم توسط متخصص از این اختلال اطمینان حاصل بفرمایید و سپس به منظور درمان و بهبود این مشکل از مکمل آهن سولوفر استفاده کنید.

- **کم شدن خطرات ابتلا به برخی از سرطان‌ها:** همان‌طور که گفته شد، کمبود آهن می‌تواند سبب بروز بیماری‌های دیگری شود از جمله سرطان روده بزرگ، پس لازم است فقر آهن را جدی بگیرید.

- **بهبود کیفیت خواب:** اختلال و ایجاد مشکل در خواب از بزرگ‌ترین علت‌هایی است که می‌تواند کیفیت فعالیت روزانه را از بین ببرد، از آنجایی که کمبود آهن می‌تواند باعث بی‌خوابی شود بهتر بوده سولوفر را به توصیه دکتر خود مصرف بفرمایید.

- **کاهش اضطراب و استرس:** این ویتامین مهم و اساسی بدن در صورتی که به میزان مورد نیاز وجود نداشته باشد شخص را تحریک‌پذیر، عصبانی و مضطرب می‌کند. در این شرایط مکمل سولوفر راه‌حلی مفید به شمار می‌رود.

نکاتی در مورد مکمل سولوفر

همان‌طور که گفته شد یکی از بهترین راه‌های درمان فقر آهن و مشکلات ایجاد شده بر اثر این عارضه مصرف مکمل‌های غذایی بوده که از بهترین انواع آن مکمل سولوفر است. در ادامه سعی کرده‌ایم نکات بسیار مهمی را در مورد این محصول دارویی بیان کنیم:

- امکان مصرف مکمل سولوفر یک‌بار در روز به دلیل مقادیر بالای آهن_المنتال در هر دوز وجود دارد.
- بهترین زمان استفاده از مکمل سولوفر قبل از خواب و یا بین وعده‌های غذایی تعیین شده است. بهتر بوده با معده خالی میل بفرمایید چرا که برخی از غذاها جذب آهن موجود در این محصولات را مختل می‌کنند.
- سولوفر باید در جای خشک و خنک دور از دسترس کودکان نگهداری شود.
- بهتر است به منظور جذب بیشتر آهن، مکمل سولوفر را به همراه ویتامین سی (مرکبات، گوجه فرنگی، فلفل دلمه‌ای و کیوی) استفاده بفرمایید.
- کلسیم در جذب آهن اختلال ایجاد می‌کند بنابراین بهتر بوده از مصرف این دو دارو به صورت هم‌زمان جلوگیری کنید. همچنین بهتر است کپسول سولوفر همراه لبنیات مصرف نشود.
- از جویدن، خرد کردن و تقسیم کپسول سولوفر جدا خودداری بفرمایید و این مکمل غذایی را به طور کامل بلعید.
- چندین مکمل آهن را به طور هم‌زمان استفاده نفرمایید.
- استفاده از مکمل‌های آهن از جمله سولوفر را تا پایان دوره انجام دهید تا بهترین نتیجه را بگیرید.
- رصد و پایش ادواری میزان آهن بدن می‌تواند به تشخیص نیاز به ادامه دوره درمان و جلوگیری از انباشت آهن در بدن جلوگیری نماید.
- علاوه بر مکمل سولوفر از دیگر منابع دارای آهن از جمله گوشت، مرغ و ماهی استفاده کنید.
- اسید فیتیک موجود در غلات کامل و اسید اگزالیک در سبزیجات می‌توانند جذب آهن در سولوفر را کاهش دهند
- به هیچ عنوان مکمل سولوفر و دیگر مکمل‌های آهن را با چای و قهوه میل نفرمایید.
- به منظور کاهش ابتلا به یبوست، مکمل آهن را با یک لیوان پر از آب استفاده بفرمایید.

مزیت‌های مکمل سولوفر

همان‌طور که پیش‌تر اعلام شد، یکی از راه‌های درمان کمبود آهن مصرف بهترین مکمل‌های غذایی بوده که انواع مختلفی در بازار وجود دارد. تشخیص نوع، میزان و زمان مصرف هر دارو برعهده پزشک متخصص و دکتر داروساز است. ما در این قسمت به بیان بارزترین مزیت‌های مکمل سولوفر نسبت به دیگر مکمل‌های آهن خواهیم پرداخت:

- کاهش چشمگیر ناراحتی‌های گوارشی، یبوست و تهوع در مقایسه با سایر مکمل‌ها آهن
- پایداری و رضایت بیماران به ادامه درمان به علت عدم وجود طعم نامطلوب در کپسول سولوفر و پائین بوده عوارض گوارشی
- امکان جذب بیشتر و سریع‌تر آهن در بدن به دلیل وجود آهن با روکش پلی ساکاریدی در مکمل سولوفر
- دارای تاییدیه‌های استاندارد بین‌المللی و توصیه شده توسط بهترین متخصصین
- رضایت‌مندی مصرف‌کنندگان در دوره درمان و رصدهای نهایی توسط پزشک
- دارا بودن ترکیب‌های افزوده به منظور بهبود میزان جذب آهن
- عدم تغییر رنگ دندان‌ها و عدم احساس طعم آهن در دهان
- مناسب برای افراد با مشکلات گوارشی و گیاهخواران
- عوارض جانبی کم‌تر نسبت به دیگر مکمل‌های آهن
- جذب بهتر و بیشتر آهن با مکمل سولوفر
- انتشار آهسته و پیوسته آهن در سولوفر
- سازگاری با انواع رژیم‌های غذایی
- در دسترس بودن و قیمت ارزان

نتیجه‌گیری

مکمل سولوفر یکی از بهترین راه‌کارهای درمانی فقر آهن به شمار می‌رود. این محصول دارویی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم در بسته‌های ۳۰ عددی تولید شده و در هر کپسول آن ۱۰۰ میلی‌گرم آهن المنتال وجود دارد که برای استفاده روزانه بسیار مناسب است. بعد از تشخیص کمبود آهن توسط پزشک متخصص به راحتی می‌توانید مکمل سولوفر را از داروخانه‌های سراسر کشور به قیمت مقرون‌به‌صرفه تهیه و به راحتی استفاده بفرمایید.

لازم به ذکر است مصرف خودسرانه آهن می‌تواند مشکلات ناخواسته‌ای به همراه داشته باشد بنابراین بهتر بوده به طور کامل از دستورات پزشک پیروی بفرمایید و از استفاده بیش‌تر از اندازه و یا کم‌تر از مقدار توصیه شده از مکمل سولوفر استفاده نفرمایید.

یه یاد داشته باشید، تمام اطلاعات یاد شده به منظور افزایش آگاهی سطح جامعه و معرفی کپسول سولوفر ساخت شرکت داروسازی کیش مدیفارم بوده و به هیچ عنوان جایگزینی برای دستورات پزشک معالج شما نخواهد بود