

گروه دارویی کیش مدیفارم

قرص سوپرابیون منوپوز یک مکمل تغذیه‌ای پیشرفته از برند معتبر سوپرابیون (Suprabion) است که به‌طور ویژه برای کاهش و پیشگیری از علائم یائسگی در زنان طراحی شده است. این فرآورده حاوی ۳۰ میلی‌گرم Genivida جنیستئین خالص (، فرم ایزوله و علمی ایزوفلاون سویا از شرکت DSM سوئیس است که اثر شبه‌استروژنی ملایمی در بدن ایجاد کرده و به تنظیم طبیعی هورمون‌های زنانه در دوران یائسگی کمک می‌کند. در میان مکمل‌های تغذیه‌ای موجود، قرص سوپرابیون منوپوز تنها محصول دارای دوز خالص و استاندارد ۳۰ میلی‌گرم جنیستئین است؛ عاملی که آن را از سایر فرآورده‌های حاوی ایزوفلاون سویا متمایز می‌سازد.

دوران یائسگی مرحله‌ای طبیعی از زندگی زنان است که معمولاً بین سنین ۴۵ تا ۵۵ سالگی رخ می‌دهد و با کاهش تدریجی ترشح استروژن از تخمدان‌ها همراه است. این تغییرات هورمونی می‌توانند علائمی مانند گرگرفتگی، تعریق شبانه، خشکی واژن، نوسانات خلقی، اضطراب، کاهش تراکم استخوان، خستگی و اختلال خواب ایجاد کنند.

بسیاری از زنان در این دوره، علاوه بر تغییرات جسمی، با افت کیفیت زندگی و احساس ناپایداری خلقی مواجه می‌شوند. اینجاست که نقش مکمل‌های علمی و تخصصی مانند قرص سوپرابیون منوپوز اهمیت پیدا می‌کند. این فرآورده با تأمین ترکیبی متعادل از ۱۸ ویتامین و مینرال ضروری همراه با جنیستئین خالص، به بدن کمک می‌کند تا در مقابل تغییرات فیزیولوژیک ناشی از افت استروژن مقاوم‌تر شود.

مواد اولیه این محصول از شرکت DSM سوئیس، یکی از معتبرترین تولیدکنندگان مواد اولیه دارویی و تغذیه‌ای در جهان، تأمین می‌شود و تولید آن به‌صورت قراردادی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم انجام می‌گیرد؛ شرکتی که به‌دلیل رعایت استانداردهای GMP و کیفیت کنترل‌شده دارویی، شهرت بالایی در میان برندهای مکملی ایران دارد.

فرمولاسیون قرص سوپرابیون منوپوز با هدف حفظ سلامت عمومی، تعادل هورمونی، سلامت استخوان، شادابی پوست و بهبود خلق و انرژی طراحی شده است. ترکیب ویتامین‌های D، K، C و E با عناصر معدنی چون آهن، روی و سلنیوم در کنار جنیستئین، مجموعه‌ای ایجاد کرده که هم از نظر علمی و هم بالینی توانسته است در کاهش علائم یائسگی نقش مؤثری ایفا کند.

در نتیجه، قرص سوپرابیون منوپوز نه تنها به عنوان یک مکمل ویتامینی، بلکه به عنوان ابزاری علمی برای حفظ تعادل فیزیولوژیک زنان در دوران یائسگی شناخته می‌شود؛ ترکیبی از علم تغذیه و استانداردهای داروسازی روز دنیا.

موارد مصرف قرص سوپرابیون منوپوز

قرص سوپرابیون منوپوز مکملی تخصصی است که بر اساس مطالعات علمی و فرمولاسیون بالینی، برای کاهش علائم فیزیکی و روانی دوران یائسگی و حفظ سلامت عمومی بانوان در این دوره طراحی شده است. ترکیب منحصربه‌فرد (Genivida® جنیستئین خالص ۳۰ میلی‌گرمی (با ویتامین‌ها و مواد معدنی ضروری، آن را به یک مکمل علمی با اثر شبه‌استروژنی کنترل‌شده تبدیل کرده است.

از نظر علمی، جنیستئین نوعی ایزوفلاون سویا است که به گیرنده‌های استروژن در بدن متصل می‌شود و اثر ملایمی مشابه استروژن طبیعی ایجاد می‌کند. این ماده بدون ایجاد عوارض درمان‌های هورمونی جایگزین (HRT)، می‌تواند به تعادل فیزیولوژیک بدن زنان در دوران یائسگی کمک کند. مصرف منظم قرص سوپرابیون منوپوز، تحت نظر پزشک یا متخصص تغذیه، می‌تواند در موارد زیر مؤثر باشد:

کاهش گرگرفتگی و تعریق شبانه

یکی از شایع‌ترین علائم یائسگی، گرگرفتگی‌های ناگهانی و احساس حرارت در بدن است که به دلیل کاهش استروژن رخ می‌دهد. جنیستئین موجود در قرص سوپرابیون منوپوز با تنظیم پاسخ گیرنده‌های استروژنی در مرکز تنظیم حرارت مغز، به کاهش دفعات و شدت گرگرفتگی و تعریق شبانه کمک می‌کند و در نتیجه خواب شبانه را بهبود می‌بخشد.

بهبود خلق و کاهش اضطراب

کاهش استروژن با کاهش سروتونین مغزی همراه است که می‌تواند باعث نوسانات خلقی و احساس افسردگی شود. ویتامین‌های گروه B (به ویژه B6 و B12 در کنار جنیستئین، به بهبود خلق، افزایش تمرکز و کاهش اضطراب کمک می‌کنند. این اثر از طریق پشتیبانی از متابولیسم نوروشیمیایی و بهبود عملکرد سیستم عصبی ایجاد می‌شود.

پیشگیری از پوکی استخوان

در دوران یائسگی، کاهش استروژن موجب کاهش جذب کلسیم و تخریب بافت استخوانی می‌شود. ترکیب ویتامین D (1000 IU) و ویتامین K (50 µg) همراه با کلسیم و منیزیم رژیم غذایی، فرآیند معدنی شدن استخوان را تقویت کرده و به پیشگیری از استئوپروز کمک می‌کند. جنیستین موجود در قرص سوپرابیون منوپوز نیز با اثر شبه‌استروژنی، تراکم استخوانی را حفظ می‌کند.

حفظ سلامت قلب و عروق

استروژن طبیعی در زنان پیش از یائسگی نقش محافظتی بر روی سیستم قلبی عروقی دارد. افت آن باعث افزایش LDL و کاهش HDL می‌شود. حضور ویتامین‌های B6، B12 و اسید فولیک در قرص سوپرابیون منوپوز، با کاهش سطح هموسیستئین خون، به کاهش خطر بیماری‌های قلبی و تصلب شرایین کمک می‌کند.

بهبود سلامت پوست و مو

خشکی پوست و ریزش مو از پیامدهای کاهش استروژن هستند. ترکیب ویتامین‌های A، C، E، بیوتین و اسید پانتوتنیک در این فرآورده، موجب افزایش سنتز کلاژن، رطوبت پوست و استحکام مو می‌شود. این مواد آنتی‌اکسیدان با مهار رادیکال‌های آزاد، روند پیری سلولی را کند می‌کنند و به شادابی پوست و مو در دوران یائسگی کمک می‌نمایند.

افزایش انرژی و کاهش خستگی

ویتامین‌های گروه B به‌ویژه نیاسین، تیامین و ریوفلاوین، در سوخت‌وساز انرژی نقش اساسی دارند. قرص سوپرابیون منوپوز با ترکیب متعادل این ویتامین‌ها به بهبود متابولیسم کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها کمک کرده و احساس خستگی ناشی از افت هورمون‌ها را کاهش می‌دهد.

تنظیم فعالیت‌های هورمونی و متابولیسمی

وجود ترکیبات روی، کروم و سلنیوم در کنار جنیستین، باعث تنظیم عملکرد غده تیروئید، کنترل قند خون و بهبود متابولیسم چربی‌ها می‌شود. این اثرات موجب حفظ وزن متعادل و کاهش خطر بروز دیابت در دوران پس از یائسگی خواهند شد.

پشتیبانی از سیستم ایمنی

کاهش سطح هورمون‌ها ممکن است سیستم ایمنی را تضعیف کند. وجود ویتامین‌های C، D و مواد معدنی آنتی‌اکسیدان مانند روی و سلنیوم، باعث افزایش مقاومت بدن در برابر عفونت‌ها و استرس اکسیداتیو می‌شود.

مصرف قرص سوپرابیون منوپوز باید با توصیه پزشک یا متخصص تغذیه انجام گیرد تا بر اساس شرایط فردی (سطح هورمون، تراکم استخوان، یا بیماری‌های زمینه‌ای) دوز و مدت درمان به صورت اختصاصی تعیین شود.

موارد منع مصرف قرص سوپرابیون منوپوز

اگرچه قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) یک مکمل تغذیه‌ای ایمن و استاندارد است، اما مانند هر فرآورده دارویی یا مکمل هورمونی، در برخی شرایط باید با احتیاط یا تحت نظر پزشک مصرف شود. دلیل این موضوع، وجود ترکیب فعال (Genivida®) جنیستتین خالص (است که با داشتن ساختار شبه‌استروژنی، می‌تواند بر عملکرد برخی از سیستم‌های بدن، به‌ویژه در بیماران خاص، اثر متقابل داشته باشد. در ادامه، موارد اصلی منع مصرف یا احتیاط جدی آورده شده است:

حساسیت یا آلرژی به سویا یا فرآورده‌های آن

افرادی که سابقه حساسیت به محصولات حاوی سویا، ایزوفلاون‌ها یا هر یک از ترکیبات ویتامینی و معدنی موجود در این مکمل دارند، نباید از قرص سوپرابیون منوپوز استفاده کنند.

پروتئین‌های سویا می‌توانند در برخی افراد باعث واکنش ایمنی شامل خارش، کهیر، یا ناراحتی گوارشی شوند. در صورت بروز هرگونه علائم آلرژیک (بثورات پوستی، تنگی نفس، تهوع)، مصرف باید بلافاصله قطع و به پزشک مراجعه شود.

بیماران مبتلا به سرطان‌های وابسته به استروژن

در بیماران با سابقه یا خطر ابتلا به سرطان پستان، رحم یا تخمدان، مصرف مکمل‌های حاوی ایزوفلاون باید با احتیاط جدی انجام گیرد. ایزوفلاون‌ها دارای اثر شبه‌استروژنی هستند و در تئوری می‌توانند با گیرنده‌های استروژن رقابت کنند. هرچند مطالعات اخیر نشان می‌دهد که جنیستتین ممکن است اثر محافظتی در دوزهای پایین داشته باشد، اما در بیماران با سابقه تومورهای حساس به استروژن، مصرف تنها با نظر پزشک مجاز است.

مصرف همزمان با درمان‌های هورمونی جایگزین (HRT)

مصرف همزمان قرص سوپرابیون منوپوز با داروهای استروژنی یا پروژستینی می‌تواند موجب افزایش اثرات شبه‌هورمونی شود. هم‌افزایی بین جنیستین و استروژن‌های خارجی ممکن است خطر عوارضی مانند احتباس مایعات، درد پستان یا تغییرات خلقی را افزایش دهد. توصیه می‌شود حداقل ۲ تا ۳ ساعت فاصله زمانی بین مصرف مکمل و داروهای هورمونی رعایت شود.

بیماران مبتلا به اختلالات تیروئیدی

افرادی که از داروی لووتیروکسین (Levothyroxine) استفاده می‌کنند باید از مصرف همزمان مکمل‌های حاوی سویا خودداری کنند. ایزوفلاون‌های سویا می‌توانند جذب تیروکسین در روده را کاهش دهند و باعث افت سطح هورمون تیروئید در خون شوند. تحت نظر پزشک متخصص معمولاً توصیه می‌شود حداقل باید فاصله زمانی ۲ ساعت بین مصرف لووتیروکسین و قرص سوپرابیون منوپوز رعایت شود.

بیماران قلبی و افراد با فشار خون بالا

هرچند قرص سوپرابیون منوپوز اثر مستقیم افزایش‌دهنده فشار خون ندارد، اما وجود برخی ترکیبات ویتامینی (به‌ویژه نیاسین) ممکن است در دوزهای بالا باعث گشاد شدن عروق و افزایش موقتی ضربان قلب شود. توصیه می‌شود بیماران قلبی، پرفشاری خون یا آریتمی، مصرف این مکمل را تحت نظارت پزشک انجام دهند.

بیماران تحت درمان با داروهای ضد انعقاد (مانند وارفارین)

جنیستین و ویتامین K هر دو ممکن است بر متابولیسم انعقاد خون اثر بگذارند. ویتامین K باعث کاهش اثر وارفارین می‌شود و جنیستین نیز ممکن است با مسیرهای متابولیک مشابه در کبد تداخل داشته باشد. پایش INR در این بیماران ضروری است.

بیماران مبتلا به بیماری‌های کبدی یا کلیوی

در بیماران با نارسایی کبد یا کلیه، متابولیسم و دفع ترکیبات ویتامینی و ایزوفلاون‌ها ممکن است مختل شود. در این افراد، مصرف باید با احتیاط و در دوز پایین‌تر و زیر نظر پزشک انجام شود.

دوران بارداری و شیردهی

مصرف قرص سوپرابیون منوپوز برای زنان باردار و شیرده مجاز نیست مگر با تجویز پزشک. جنیستین از جفت عبور می‌کند و ممکن است روی تمایز سلول‌های جنینی تأثیر بگذارد. همچنین در دوران شیردهی می‌تواند از طریق شیر به نوزاد منتقل شود. در کل، قرص سوپرابیون منوپوز در افراد سالم ایمن و قابل تحمل است، اما رعایت موارد زیر برای پیشگیری از عوارض و حفظ اثربخشی دارویی الزامی است.

- از مصرف بیش از دوز توصیه شده (یک قرص در روز) خودداری شود.
- در صورت بروز علائم غیرمعمول مانند تپش قلب، درد قفسه سینه، سردرد شدید یا تهوع مداوم، مصرف دارو را قطع کنید.
- مصرف قرص سوپرابیون منوپوز جایگزین درمان‌های دارویی تجویزی نیست و باید به عنوان بخشی از برنامه مراقبتی با نظر پزشک استفاده شود.

تداخلات دارویی و غذایی قرص سوپرابیون منوپوز

در علوم دارویی، تداخل دارویی (Drug Interaction) به شرایطی گفته می‌شود که مصرف همزمان دو یا چند ماده (دارو، مکمل یا غذا) باعث تغییر در جذب، متابولیسم یا اثر دارویی یکی از آن‌ها شود.

در مورد قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause)، به دلیل وجود ترکیبات فعال مانند (Genivida® جنیستین (و ویتامین‌های محلول در چربی A، D، E، K)، شناخت تداخلات احتمالی بسیار مهم است تا اثر مکمل کاهش نیابد یا دچار خطر نشود.

تداخل با داروهای تیروئیدی (به ویژه لووتیروکسین)

ایزوفلاون‌های سویا (از جمله جنیستین) با جذب لووتیروکسین در دستگاه گوارش تداخل دارند. ترکیبات سویا می‌توانند به مولکول تیروکسین متصل شوند و مانع جذب آن در روده شوند. در صورت مصرف همزمان، اثر داروی تیروئید کاهش می‌یابد و بیمار ممکن است دچار علائم کم‌کاری تیروئید شود. بین مصرف قرص لووتیروکسین و قرص سوپرابیون منوپوز حداقل دو ساعت فاصله زمانی رعایت شود.

تداخل با داروهای ضد انعقاد (مانند وارفارین)

ویتامین K و ایزوفلاون‌ها می‌توانند بر مسیر انعقاد خون تأثیر بگذارند. ویتامین K از فاکتورهای انعقادی وابسته به کبد حمایت می‌کند و ممکن است اثر ضدانعقادی وارفارین را کاهش دهد. همچنین جنیستئین از طریق مهار CYP450 ممکن است متابولیسم وارفارین را تغییر دهد. تغییر ناگهانی در INR و افزایش خطر لخته یا خون‌ریزی. در بیماران تحت درمان با وارفارین، پایش منظم INR و مشورت با پزشک ضروری است.

تداخل با داروهای ضد افسردگی از دسته MAOI

مصرف هم‌زمان با داروهای مهارکننده مونوآمین‌اکسیداز (MAOI) می‌تواند باعث افزایش سطح سروتونین و نورآدرنالین شود. برخی ویتامین‌های گروه B به‌ویژه B6 و نیاسین (ممكن است متابولیسم نوروشیمیایی را تغییر دهند و در ترکیب با داروهای ضد افسردگی منجر به تحریک‌پذیری یا بی‌خوابی شوند. مصرف هم‌زمان قرص سوپرابیون منوپوز با این داروها فقط با تأیید پزشک مجاز است.

تداخل با تاموکسیفن (Tamoxifen)

جنیستئین ممکن است با تاموکسیفن (داروی ضد سرطان پستان) رقابت کند. هر دو ترکیب به گیرنده‌های استروژن متصل می‌شوند. در برخی مطالعات مشاهده شده که ایزوفلاون‌های سویا می‌توانند اثرات ضد استروژنی تاموکسیفن را کاهش دهند. احتمال کاهش اثربخشی درمان ضد سرطان. مصرف قرص سوپرابیون منوپوز در بیماران تحت درمان با تاموکسیفن ممنوع است مگر با نظر متخصص انکولوژی.

با داروهای ضد فشار خون

برخی ترکیبات ویتامینی مانند نیاسین می‌توانند باعث گشاد شدن عروق و افت فشار گذرا شوند. در صورت مصرف هم‌زمان با داروهای ضد فشار خون (مثل متوپرولول یا لوزارتان)، احتمال افت فشار یا سرگیجه وجود دارد. فشار خون باید به‌طور منظم پایش شود و در صورت بروز علائم، پزشک را مطلع کنید.

تداخل غذایی با گریپ‌فروت (Grapefruit)

گریپ‌فروت مهارکننده قوی آنزیم CYP3A4 در کبد است. مصرف هم‌زمان گریپ‌فروت یا آب آن با قرص سوپرابیون منوپوز می‌تواند باعث افزایش غلظت پلاسمایی ویتامین‌های

محلول در چربی و ایزوفلاون‌ها شود. افزایش خطر سمیت ویتامینی) خصوصاً A و E) از مصرف هم‌زمان سوپراپیون منوپوز با گریپ‌فروت خودداری شود.

چای، قهوه و فرآورده‌های حاوی کافئین

کافئین می‌تواند جذب آهن و روی را کاهش دهد. تانن موجود در چای با آهن ترکیب نامحلول تشکیل می‌دهد. مصرف قرص با یک لیوان آب و حداقل یک ساعت فاصله از نوشیدنی‌های کافئین‌دار انجام شود.

محصولات لبنی

کلسیم موجود در لبنیات می‌تواند جذب آهن مکمل را کاهش دهد. از مصرف هم‌زمان قرص با شیر یا ماست خودداری شود؛ بهتر است قرص سوپراپیون منوپوز همراه وعده غذایی سبک یا ناهار مصرف گردد.

تداخل با آنتی‌بیوتیک‌ها (تتراسایکلین و سیپروفلوکساسین)

عناصر معدنی مانند آهن و روی می‌توانند با آنتی‌بیوتیک‌ها کمپلکس نامحلول تشکیل دهند و جذب دارو را کاهش دهند. بین مصرف آنتی‌بیوتیک و قرص سوپراپیون منوپوز فاصله حداقل ۲ ساعت رعایت شود.

اثر بر متابولیسم داروها در کبد

جنیستئین ممکن است آنزیم‌های کبدی CYP1A2 و CYP3A4 را مهار کند. این آنزیم‌ها در متابولیسم بسیاری از داروها (مثل تتوفیلین، داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای و استاتین‌ها) نقش دارند. تغییر سطح پلاسمایی داروها و احتمال افزایش عوارض. بیماران با درمان مزمن دارویی باید پیش از مصرف قرص سوپراپیون منوپوز با پزشک مشورت کنند.

قرص سوپراپیون منوپوز از نظر ترکیب و فرمولاسیون، ایمن است؛ اما به‌دلیل حضور ترکیبات فعال فیزیولوژیک، رعایت فاصله زمانی مناسب با داروهای تیروئیدی، ضدانعقاد، ضدافسردگی و آنتی‌بیوتیک ضروری است.

مصرف همراه غذا (ترجیحاً وعده ناهار) و پرهیز از مصرف هم‌زمان با نوشیدنی‌های کافئین‌دار یا گریپ‌فروت، به جذب بهتر و ایمنی بالاتر مکمل کمک می‌کند.

عوارض جانبی قرص سوپرابیون منوپوز (Side Effects)

قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) به دلیل فرمولاسیون علمی و مواد اولیه باکیفیت از شرکت DSM سوئیس، در اغلب مصرف‌کنندگان ایمن و قابل تحمل است. با این حال، مانند هر مکمل حاوی ترکیبات فعال شبه‌هورمونی و ویتامینی، در برخی افراد ممکن است عوارض خفیف، موقت یا در موارد نادر واکنش‌های خاص بروز کند. شناخت این موارد و نحوه برخورد صحیح با آن‌ها برای مصرف آگاهانه و ایمن اهمیت دارد.

تهوع یا ناراحتی گوارشی خفیف

وجود ترکیبات آهن، ویتامین C و ایزوفلاون سویا ممکن است در برخی افراد، به‌ویژه هنگام مصرف با معده خالی، باعث تحریک خفیف معده شود. مصرف قرص سوپرابیون منوپوز همراه وعده غذایی اصلی (ترجیحاً ناهار) و با یک لیوان آب کامل، احتمال بروز این عارضه را به‌طور قابل‌توجهی کاهش می‌دهد. اسید معده در حالت ناشتا غلیظتر است و تماس مستقیم مواد معدنی با دیواره معده ممکن است تحریک ایجاد کند.

سردرد یا احساس سبکی سر

تنظیم متابولیسم هورمونی و افزایش سطح سروتونین در روزهای ابتدایی مصرف ممکن است باعث سردرد خفیف یا سبکی سر گذرا شود. این حالت معمولاً موقتی است و طی ۳ تا ۵ روز نخست مصرف برطرف می‌شود. در صورت تداوم، مصرف قرص سوپرابیون منوپوز را موقتاً قطع کرده و با پزشک مشورت نمایید. جنیستئین در شروع مصرف ممکن است بر گیرنده‌های عصبی مرکزی اثر تعدیلی بگذارد.

بی‌خوابی یا افزایش انرژی در ساعات شب

حضور ویتامین‌های گروه B به‌ویژه B6 و نیاسین (باعث افزایش متابولیسم انرژی می‌شود. برای جلوگیری از بی‌خوابی، قرص سوپرابیون منوپوز باید در ساعات صبح یا ظهر مصرف شود. متابولیسم انرژی در شب کاهش می‌یابد و تحریک آن توسط ویتامین‌های گروه B می‌تواند خواب را مختل کند.

تغییر رنگ ادرار به زرد روشن

وجود ریبوفلاوین) ویتامین (B2 در مکمل. ویتامین‌های محلول در آب در صورت مصرف مازاد، از طریق ادرار دفع می‌شوند و رنگ زرد نئونی ایجاد می‌کنند. این پدیده کاملاً طبیعی و بی‌خطر است و نشان‌دهنده متابولیسم طبیعی ویتامین‌هاست.

احساس گرما یا تعریق خفیف در روزهای ابتدایی

تطبیق گیرنده‌های استروژنی بدن با جنیستئین. در شروع مصرف، ممکن است تنظیم دمای بدن ناپایدار شود. پس از تطبیق فیزیولوژیک (در حدود ۱ تا ۲ هفته)، این حالت برطرف می‌گردد. در صورت تداوم بیش از دو هفته، پزشک باید وضعیت هورمونی فرد را بررسی کند.

واکنش آلرژیک به ترکیبات سویا

برخی افراد حساس به سویا یا ترکیبات گیاهی ممکن است دچار علائم پوستی یا تنفسی شوند. خارش، بثورات پوستی، قرمزی، تورم لب‌ها یا تنگی نفس. در صورت بروز هر یک از علائم فوق، مصرف فوراً قطع و مراجعه فوری به پزشک ضروری است.

یبوست یا نفخ

وجود آهن در فرمول ممکن است در برخی افراد باعث کاهش حرکات روده شود. مصرف آب کافی، رژیم پرفیبر (میوه و سبزی تازه) و فعالیت بدنی منظم به کاهش این عارضه کمک می‌کند. در صورت یبوست پایدار، پزشک ممکن است مصرف مکمل را به یک روز در میان تغییر دهد.

افت فشار خون موقت

نیاسین) ویتامین (B3 و برخی ایزوفلاون‌ها موجب گشاد شدن عروق محیطی می‌شوند. احساس گرما، سبکی سر یا افت انرژی در دقایق ابتدایی پس از مصرف. مصرف قرص سوپرایون منوپوز در حالت نشسته و با نوشیدن آب کافی انجام شود؛ در بیماران قلبی، پایش فشار خون توصیه می‌شود.

تحریک پستان یا احساس درد خفیف در قفسه سینه

اثر شبه‌استروژنی جنیستئین بر بافت پستانی. در مراحل اولیه مصرف ممکن است گیرنده‌های استروژن در بافت پستان واکنش نشان دهند. اگر درد یا تورم بیش از دو هفته ادامه یافت، باید بررسی پستان توسط پزشک انجام شود.

عوارض بسیار نادر (Rare Reactions)

در موارد استثنایی ممکن است علائم زیر ظاهر شوند:

- تهوع شدید یا استفراغ پایدار
- تپش قلب غیرمعمول
- کبودی یا خونریزی غیرعادی
- علائم کبدی (زردی چشم یا ادرار تیره)

در صورت مشاهده هر یک از علائم فوق، مصرف قرص سوپرابیون منوپوز فوراً قطع و آزمایش عملکرد کبد یا خون انجام شود.

عوارض قرص سوپرابیون منوپوز عمدتاً خفیف، موقتی و وابسته به دوز هستند. رعایت زمان و نحوه صحیح مصرف (همراه غذا و در روز) بهترین راه پیشگیری از عوارض احتمالی است.

مصرف در دوران بارداری و شیردهی قرص سوپرابیون منوپوز

قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) برای زنان در دوران یائسگی یا پس از آن طراحی شده است و مصرف آن در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی‌شود مگر با تجویز صریح پزشک متخصص. علت این محدودیت، وجود ترکیبات فعال شبه‌هورمونی مانند Genivida® (جنیستئین خالص) است که می‌تواند بر سیستم درون‌ریز و رشد سلولی جنین تأثیر بگذارد. در ادامه، جنبه‌های علمی و ایمنی این موضوع بررسی می‌شود:

در دوران بارداری، بدن زن دچار تغییرات فیزیولوژیک گسترده می‌شود و حساسیت بالایی به ترکیبات شبه‌استروژنی دارد. جنیستئین، که از ایزوفلاون‌های سویا مشتق می‌شود، دارای توانایی اتصال به گیرنده‌های استروژنی (α) و (β) است. هرچند این اثر نسبت به استروژن طبیعی بسیار ضعیف‌تر است، اما در دوزهای بالا یا مصرف مزمن، می‌تواند موجب تغییر در تمایز سلول‌های جنینی وابسته به استروژن گردد.

در مطالعات حیوانی تحقیقات انجام‌شده بر مدل‌های حیوانی نشان داده‌اند که مصرف ایزوفلاون‌ها در دوران بارداری می‌تواند بر رشد اندام تناسلی جنین مؤثر باشد. هرچند شواهد انسانی محدود است، اما کمیته‌های علمی EFSA و FDA مصرف ایزوفلاون‌ها را در دوران بارداری غیرضروری و پرریسک می‌دانند.

بنابراین زنان باردار نباید از قرص سوپرابیون منوپوز استفاده کنند. در صورت نیاز به مکمل تغذیه‌ای در بارداری، باید از فرآورده‌های تخصصی مانند «سوپرابیون پرناتال» استفاده شود که حاوی دوزهای ایمن از فولیک اسید، آهن، ید و ویتامین D است.

مصرف در دوران شیردهی قرص سوپرابیون منوپوز

در دوره شیردهی، ترکیبات محلول در چربی مانند ویتامین‌های A، D، E، K و همچنین ایزوفلاون‌های سویا می‌توانند از طریق شیر به نوزاد منتقل شوند. جنیستئین در شیر مادر قابل تشخیص است و در نوزادان ممکن است بر متابولیسم تیروئید و رشد سلولی اثر بگذارد.

ویتامین‌های محلول در چربی در دوزهای بالا ممکن است در بدن نوزاد تجمع یابند و خطر هیپرویتامینوز) به‌ویژه A و D) را افزایش دهند. بنابراین، استفاده از قرص سوپرابیون منوپوز در این دوران ممنوع است مگر آنکه پزشک متخصص تغذیه یا زنان، پس از بررسی دقیق وضعیت مادر، آن را با دوز محدود تجویز کند.

در صورتی که مصرف قرص سوپرابیون منوپوز پیش از اطلاع از بارداری انجام شده باشد، معمولاً جای نگرانی جدی وجود ندارد، زیرا دوز جنیستئین در این فرآورده محدود است. با این حال، توصیه می‌شود:

- مصرف بلافاصله قطع شود.
 - وضعیت هورمونی و سونوگرافی جنین بررسی گردد.
 - در صورت نیاز، مشاوره با متخصص زنان یا سم‌شناسی انجام شود.
- برای زنانی که در دوران بارداری یا شیردهی دچار خستگی یا کمبود انرژی هستند، استفاده از مکمل‌های تخصصی مانند سوپرابیون پرناتال (Suprabion Prenatal) یا سوپرابیون مولتی‌دیلی (Multi Daily) توصیه می‌شود؛ این محصولات فاقد ترکیبات شبه‌هورمونی بوده و با نیازهای تغذیه‌ای دوران بارداری و شیردهی تطابق دارند.

دوز، میزان مصرف و نحوه نگهداری قرص سوپرابیون منوپوز

رعایت مقدار و نحوه مصرف صحیح در مکمل‌های هورمونی و ویتامینی مانند قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) نقش کلیدی در اثربخشی و جلوگیری از عوارض احتمالی دارد. این فرآورده با فرمولاسیون دقیق و مواد اولیه استاندارد DSM سوئیس طراحی شده و باید مطابق دستورالعمل مصرف شود.

روزانه یک عدد قرص همراه با وعده اصلی غذا (ترجیحاً ناهار) و یک لیوان آب کامل. دوز بالاتر از یک قرص در روز تنها با تجویز پزشک مجاز است. مصرف بیش از حد ویتامین‌های محلول در چربی (A، D، E، K) می‌تواند باعث تجمع در بدن شود، لذا افزایش خودسرانه دوز توصیه نمی‌شود.

بدن انسان دارای ظرفیت محدودی برای جذب و متابولیسم ویتامین‌های محلول در چربی است. مصرف بیش از حد این ترکیبات، برخلاف ویتامین‌های محلول در آب، از طریق کلیه‌ها دفع نمی‌شود و ممکن است منجر به سمیت تجمعی گردد.

بهترین زمان مصرف، صبح تا بعد از ظهر است تا با ریتم طبیعی متابولیسم بدن هماهنگ باشد. از مصرف قرص سوپرابیون منوپوز در ساعات پایانی شب خودداری کنید، زیرا ویتامین‌های گروه B و ترکیبات انرژی‌زا ممکن است باعث بی‌خوابی یا افزایش انرژی شبانه شوند. مصرف منظم روزانه در زمان ثابت، به پایداری سطح ویتامین‌ها در بدن کمک می‌کند.

قرص سوپرابیون منوپوز را همراه غذا مصرف کنید تا جذب مواد محلول در چربی مانند ویتامین‌های A و D و E افزایش یابد. از مصرف قرص با چای، قهوه یا لبنیات خودداری کنید، زیرا تانن و کلسیم می‌توانند جذب آهن و روی را کاهش دهند.

اگر یک نوبت مصرف فراموش شد، در همان روز به محض یادآوری قرص را میل کنید، ولی از مصرف دو قرص در یک روز پرهیز نمایید.

در صورت وجود ناراحتی معده، می‌توان قرص سوپرابیون منوپوز را بعد از وعده اصلی (به‌ویژه ناهار) مصرف کرد.

مصرف قرص سوپرابیون منوپوز با یک لیوان آب کامل (حداقل ۲۰۰ میلی‌لیتر) توصیه می‌شود. در صورت مصرف داروهای تیروئیدی، آنتی‌بیوتیک‌ها یا ضدانعقاد، بین مصرف دارو و مکمل ۲ تا ۳ ساعت فاصله رعایت شود. رعایت نظم در مصرف روزانه، تأثیر مکمل را در کاهش علائم یائسگی و تنظیم هورمون‌ها افزایش می‌دهد.

مصرف بیش از مقدار توصیه‌شده قرص سوپرابیون منوپوز می‌تواند منجر به علائمی مانند تهوع، سردرد یا هیپرویتامینوز شود. در بیماران با بیماری‌های مزمن (کبدی، کلیوی یا قلبی) دوز باید با مشورت پزشک تنظیم شود. از مصرف هم‌زمان چند مکمل مولتی‌ویتامین‌دار خودداری گردد تا از تداخل ویتامین‌ها جلوگیری شود.

برای حفظ کیفیت، پایداری و اثربخشی قرص سوپرابیون منوپوز، شرایط نگهداری دقیق آن باید رعایت شود:

شرایط استاندارد	مورد
در دمای زیر ۲۵ درجه سانتی‌گراد نگهداری شود.	دما
از قرار دادن در محیط‌های مرطوب (حمام، آشپزخانه) خودداری شود.	رطوبت
دور از تابش مستقیم خورشید نگهداری گردد.	نور
دور از دسترس کودکان قرار گیرد.	دسترسی کودکان
درب قوطی را پس از هر بار مصرف محکم ببندید تا از ورود هوا و رطوبت جلوگیری شود.	بسته‌بندی

تاریخ انقضا بر روی جعبه و بلیستر درج شده است؛ از مصرف فرآورده‌های تاریخ‌گذشته خودداری کنید. هرگونه تغییر در رنگ، بوی قرص یا رطوبت داخل قوطی، نشانه فساد احتمالی است و فرآورده باید تعویض گردد.

سوالات متداول (FAQ) قرص سوپرابیون منوپوز

در این بخش به رایج‌ترین پرسش‌هایی که از سوی مصرف‌کنندگان، داروسازان و پزشکان درباره قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) مطرح می‌شود پاسخ داده می‌شود. پاسخ‌ها بر پایه‌ی اطلاعات علمی، داده‌های بالینی و اصول دارویی تنظیم شده‌اند تا درک واضح و ایمنی مصرف برای عموم فراهم گردد.

۱. قرص سوپرابیون منوپوز برای چه افرادی مناسب است؟ این مکمل برای زنان در دوران یائسگی یا پیش‌یائسگی (Perimenopause) طراحی شده است؛ معمولاً برای

سنین بالای ۴۵ سال که دچار علائمی مانند گرگرفتگی، خشکی پوست، نوسانات خلقی، تعریق شبانه یا کاهش تراکم استخوان هستند. قرص سوپرایبیون منوپوز به تنظیم طبیعی هورمون‌ها کمک می‌کند و از افت استروژن بدن بدون استفاده از داروهای هورمونی پیشگیری می‌نماید.

۲. چه مدت قرص سوپرایبیون منوپوز باید مصرف شود تا اثرات آن ظاهر شود؟ اثر جنیستین و ویتامین‌های مکمل تدریجی است. مطالعات بالینی نشان داده‌اند که بهبود علائم یائسگی بین ۴ تا ۸ هفته پس از مصرف منظم روزانه مشاهده می‌شود. برای حفظ نتایج پایدار، توصیه می‌شود مصرف مکمل حداقل ۳ ماه ادامه یابد.

۳. قرص سوپرایبیون منوپوز باعث چاقی می‌شود؟ خیر. برخلاف تصور عمومی، این مکمل فاقد کالری، قند یا ترکیبات افزایش‌دهنده وزن است. برعکس، وجود عناصر معدنی مانند کروم و روی به کنترل قند خون، تعادل انسولین و جلوگیری از افزایش وزن مرتبط با یائسگی کمک می‌کند.

۴. تفاوت قرص سوپرایبیون منوپوز با سوپرایبیون فورویم چیست؟ قرص سوپرایبیون منوپوز مخصوص دوران یائسگی؛ حاوی جنیستین خالص برای تنظیم هورمونی. قرص سوپرایبیون فورویم مخصوص بانوان در سنین باروری تا یائسگی؛ فاقد ترکیبات شبه‌هورمونی و تمرکز بر سلامت عمومی و زیبایی پوست و مو. به عبارت دیگر، منوپوز مکملی درمانی‌تر است در حالی که فورویم بیشتر نقش پیشگیرانه و تغذیه‌ای دارد.

۵. می‌توان قرص سوپرایبیون منوپوز را هم‌زمان با قرص آهن یا کلسیم مصرف کرد؟ بله، ولی باید فاصله زمانی حداقل ۲ ساعت بین مصرف مکمل‌ها رعایت شود. علت این توصیه آن است که ایزوفلاون‌های سویا و کلسیم می‌توانند جذب آهن را کاهش دهند. در صورت نیاز به مصرف هم‌زمان، بهتر است قرص سوپرایبیون منوپوز با ناهار و مکمل‌های دیگر با وعده شام یا صبحانه مصرف شوند.

۶. آیا این مکمل جایگزین درمان‌های هورمونی است؟ قرص سوپرایبیون منوپوز یک درمان هورمونی جایگزین (HRT) نیست، اما اثرات مشابه استروژن را به شکل ایمن و طبیعی شبیه‌سازی می‌کند. جنیستین با گیرنده‌های استروژن نوع β تعامل دارد

و در بافت‌های هدف مانند استخوان و پوست اثر تنظیمی دارد، در حالی که بر رحم و پستان اثر تحریک‌کننده ندارد. بنابراین، مکملی است برای مدیریت علائم یائسگی خفیف تا متوسط، نه جایگزین کامل درمان دارویی.

۷. آیا مصرف طولانی‌مدت آن بی‌خطر است؟ بله، در دوز توصیه‌شده (یک قرص سوپرابیون منوپوز در روز) مصرف طولانی‌مدت ایمن است. مطالعات انجام‌شده بر ایزوفلاون جنیستئین نشان داده است که مصرف روزانه تا ۵۰ میلی‌گرم برای بیش از یک سال بدون عارضه جدی قابل‌تحمل است. با این حال، هر ۶ ماه یک‌بار مشاوره پزشکی و بررسی وضعیت هورمونی توصیه می‌شود.

۸. آیا مصرف قرص سوپرابیون منوپوز در خانم‌های زیر ۴۵ سال مجاز است؟ در موارد خاصی که علائم پیش‌یائسگی مانند نامنظمی قاعدگی، گرگرفتگی یا اضطراب مشاهده می‌شود، پزشک می‌تواند مصرف را در سنین زیر ۴۵ سال تجویز کند. اما مصرف خودسرانه در سنین باروری توصیه نمی‌شود، زیرا جنیستئین می‌تواند در تعادل طبیعی استروژن دخالت کند.

۹. آیا قرص سوپرابیون منوپوز عوارضی مانند درد پستان یا تغییر خلق ایجاد می‌کند؟ در آغاز مصرف ممکن است درد خفیف پستان یا تغییرات موقت خلقی به دلیل تنظیم گیرنده‌های استروژنی ایجاد شود. این علائم معمولاً گذرا هستند و طی ۱ تا ۲ هفته برطرف می‌شوند. در صورت تداوم، مشورت با پزشک ضروری است.

نتیجه‌گیری درباره قرص سوپرابیون منوپوز

قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause) مکملی علمی، ایمن و چندمنظوره برای مدیریت علائم فیزیولوژیک و روانی دوران یائسگی است. این فرآورده با ترکیب دقیق ۳۰ میلی‌گرم Genivida® جنیستئین خالص (و ۱۸ نوع ویتامین و مینرال ضروری، با هدف تنظیم طبیعی هورمون‌های زنانه، بهبود تراکم استخوان، افزایش انرژی، سلامت پوست و پایداری خلق و خو طراحی شده است.

مواد اولیه این مکمل از شرکت معتبر DSM سوئیس تأمین می‌شود و تولید آن به صورت قراردادی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم صورت می‌گیرد؛ شرکتی که استانداردهای GMP و کنترل کیفی دارویی را در سطح بین‌المللی رعایت می‌کند. از دیدگاه علمی، حضور

جنیستئین در این فرمول باعث اثر شبه استروژنی ملایم و هدفمند می‌شود، بدون آنکه خطرات درمان‌های هورمونی جایگزین (HRT) را به همراه داشته باشد. مصرف منظم قرص سوپرابیون منوپوز می‌تواند به صورت قابل توجهی:

- دفعات و شدت گرگرفتگی و تعریق شبانه را کاهش دهد،
- از پوکی استخوان و خستگی مزمن جلوگیری کند،
- به بهبود خلق و کیفیت خواب کمک نماید،
- و سلامت عمومی بدن را در دوران یائسگی حفظ کند.

این محصول نه تنها از نظر ترکیب، بلکه از نظر کیفیت ساخت و استاندارد تولید، یکی از معتبرترین مکمل‌های یائسگی در ایران محسوب می‌شود و به دلیل پایه علمی و بالینی فرمول آن، مورد توجه پزشکان متخصص تغذیه و زنان قرار گرفته است. مصرف قرص سوپرابیون منوپوز باید زیر نظر پزشک یا داروساز انجام گیرد و جایگزین درمان دارویی تجویزی نیست؛ بلکه یک مکمل علمی پشتیبان برای مدیریت علائم طبیعی یائسگی است.

موضوع	توضیحات کوتاه
نام محصول	قرص سوپرابیون منوپوز (Suprabion Menopause)
برند تولیدکننده	سوپرابیون (شرکت اکسون فارمد ایرانیان) – تولید قراردادی در کیش مدیفارم
کشور تأمین مواد اولیه	DSM سوئیس
ترکیب کلیدی فعال	(Genivida® جنیستئین خالص ۳۰ میلی گرم)
شکل دارویی	قرص پوشش‌دار
دوز مصرفی	روزانه ۱ عدد همراه غذا
موارد مصرف اصلی	کاهش علائم یائسگی، تنظیم هورمون‌ها، تقویت استخوان، بهبود خلق و سلامت پوست
موارد منع مصرف	بارداری، شیردهی، آلرژی به سویا، سرطان‌های وابسته به استروژن، مصرف همزمان با وارفارین یا لووتیروکسین

تداخلات دارویی مهم	وارفارين، لووتیروکسین، تاموکسیفن، آنتی بیوتیک ها (تتراسایکلین، سیپروفلوکساسین)، گریپفروت
عوارض شایع	تهوع خفیف، سردرد گذرا، بی خوابی، یبوست خفیف
نگهداری	در دمای زیر ۲۵°C، دور از نور و رطوبت، دور از دسترس کودکان
بسته بندی	قوطی ۳۰ عددی
محل تولید	شرکت داروسازی کیش مدیفارم، ایران

برای مشاهده صفحه محصول قرص سوپرابیون منویوز به لینک زیر مراجعه نمایید.

[/https://suprabion.ir/fa/%D8%B3%D9%88%D9%BE%D8%B1%D8%A7%D8%A8%DB%8C%D9%88%D9%86-%D9%85%D9%86%D9%88%D9%BE%D9%88%D8%B2](https://suprabion.ir/fa/%D8%B3%D9%88%D9%BE%D8%B1%D8%A7%D8%A8%DB%8C%D9%88%D9%86-%D9%85%D9%86%D9%88%D9%BE%D9%88%D8%B2)