

گروه دارویی کیش مدیفارم

قرص مولتی ویتامین مینرال خانم‌ها سوپرا بیون فورویمن مکملی کامل، علمی و هدفمند برای تأمین نیازهای تغذیه‌ای و هورمونی بانوان است. این محصول با ترکیبی از ویتامین‌ها، مواد معدنی، روغن‌های گیاهی ارزشمند (روغن گل ستاره‌ای و پامچال شب) و آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی طراحی شده تا به حفظ زیبایی، شادابی، انرژی و سلامت عمومی بانوان کمک کند.

بدن زنان در مراحل مختلف زندگی — از دوران قاعدگی تا یائسگی — دچار تغییرات فیزیولوژیکی، نوسانات هورمونی و کمبود مواد مغذی می‌شود. کم‌خونی، خستگی، پوست خشک، ریزش مو و نوسانات خلقی از شایع‌ترین مشکلاتی هستند که بسیاری از بانوان تجربه می‌کنند. در چنین شرایطی، استفاده از مکملی تخصصی مانند سوپرا بیون فورویمن (Suprabion For Women) می‌تواند با تنظیم تعادل ویتامینی و تأمین عناصر کلیدی مانند آهن، روی و ویتامین‌های گروه B، انرژی و شادابی را به بدن بازگرداند.

این محصول با مواد اولیه باکیفیت DSM سوئیس ساخته شده است و تحت تولید قراردادی **شرکت داروسازی کیش مدیفارم** و برند معتبر **اکسون فارمد ایرانیان** در ایران تولید و بسته‌بندی می‌شود.

در فرمولاسیون سوپرا بیون فورویمن، از روغن گل ستاره‌ای و پامچال شب استفاده شده که حاوی گاما لینولنیک اسید (GLA) هستند و به‌صورت طبیعی در تنظیم چرخه قاعدگی، کاهش دردهای پیش از قاعدگی و بهبود سلامت پوست نقش دارند. از سوی دیگر، ویتامین‌های A، E و C در کنار بیوفلاونوئیدهای مرکبات موجب تقویت ایمنی، افزایش شفافیت پوست و مقابله با پیری زودرس سلولی می‌شوند.

برای بانوانی که به‌دنبال مکمل عمومی روزانه هستند، گزینه مناسب‌تر **مولتی دیلی سوپرا بیون** است؛ و اگر هدف، بهبود سلامت پوست، مو و ناخن‌ها باشد، مکمل زینک سوپرا بیون انتخاب ایده‌آل خواهد بود.

برند سوپرا بیون با همکاری شرکت جهانی DSM و گروه داروسازی کیش مدیفارم، خانواده‌ای کامل از مکمل‌های تغذیه‌ای را برای سنین و نیازهای مختلف طراحی کرده است تا هر فرد بتواند با توجه به شرایط بدن خود، مکمل مناسب را انتخاب کند.

توضیحات

ویژگی

قرص مولتی ویتامین مینرال خانمها سوپرا بیون فورویمین	نام محصول
بانوان در سنین باروری تا یائسگی	گروه هدف
افزایش انرژی، تعادل هورمونی، زیبایی پوست و مو	عملکرد اصلی
روغن پامچال شب، روغن گل ستاره‌ای، ویتامین‌های A, C, E, D, B	ترکیبات کلیدی
DSM سوئیس	مواد اولیه
سوپرا بیون – اکسون فارمد ایرانیان	برند
تولید قراردادی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم	محل تولید

موارد مصرف قرص مولتی ویتامین مینرال خانمها سوپرا بیون فورویمین

بدن زنان در طول زندگی دچار تغییرات متعددی می‌شود — از دوران بلوغ تا بارداری و یائسگی — که همگی نیاز به مواد مغذی خاصی دارند. کم‌خوابی، استرس، رژیم‌های محدودکننده و حتی مصرف داروهای ضدبارداری می‌توانند باعث کاهش سطح ویتامین‌ها و مینرال‌های حیاتی در بدن شوند. در چنین شرایطی، مصرف روزانه قرص مولتی ویتامین مینرال خانمها سوپرا بیون فورویمین می‌تواند مانند یک «پشتیبان تغذیه‌ای» عمل کرده و کمبودهای روزانه بدن را جبران کند. این مکمل با ترکیب خاصی از ویتامین‌ها، مواد معدنی و روغن‌های گیاهی مانند پودر روغن پامچال شب (Evening Primrose) و روغن گل ستاره‌ای (Starflower) طراحی شده تا در پنج حوزه کلیدی سلامت بانوان اثرگذار باشد: زیبایی پوست و مو، تقویت سیستم ایمنی، تعادل هورمونی، پیشگیری از کم‌خونی و بهبود سلامت عمومی.

زیبایی و شادابی پوست و مو

ویتامین‌های A، E و C در کنار بیوفلاونوئیدهای مرکبات خاصیت آنتی‌اکسیدانی قوی دارند و از پوست در برابر رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کنند. روغن گل ستاره‌ای و پامچال شب موجود در سوپرا بیون فورویمین نیز با تأمین اسیدهای چرب ضروری، به حفظ رطوبت پوست، درخشندگی مو و جلوگیری از ریزش کمک می‌کنند. برای اثرگذاری بیشتر بر سلامت مو و ناخن‌ها، می‌توان زینک سوپرا بیون را نیز به صورت هم‌زمان (در وعده جداگانه) با نظر پزشک مصرف کرد.

تقویت سیستم ایمنی بدن

ویتامین C ، ویتامین D ، سلنیوم و روی در این مکمل نقش اصلی در تقویت سیستم ایمنی دارند. این ترکیبات باعث افزایش مقاومت بدن در برابر عفونت‌ها و استرس‌های محیطی می‌شوند.

رفع مشکلات دوران قاعدگی و علائم PMS

وجود روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای در قرص سوپرابیون فورویمین ویژگی منحصر به فردی است که در سایر مولتی‌ویتامین‌های عمومی کمتر دیده می‌شود. این ترکیبات منبع طبیعی گاما لینولنیک اسید (GLA) هستند که به تنظیم هورمون‌های زنانه، کاهش دردهای قاعدگی، حساسیت سینه‌ها و نوسانات خلقی کمک می‌کنند. همچنین ویتامین B6 در این فرمول به تعادل سروتونین مغز کمک کرده و از بی‌حوصلگی و تحریک‌پذیری در روزهای قبل از قاعدگی می‌کاهد.

پیشگیری از کم‌خونی و خستگی

بدن بانوان به دلیل از دست دادن خون در دوران قاعدگی به آهن، فولیک اسید و ویتامین B12 بیشتری نیاز دارد. در ترکیب سوپرابیون فورویمین، این سه ماده به صورت متعادل حضور دارند تا از کم‌خونی جلوگیری کرده و انرژی بدن را حفظ کنند.

کمک به حفظ سلامت قلب، استخوان و اعصاب

وجود ویتامین D ، کلسیم، منیزیم و ویتامین K به حفظ سلامت استخوان‌ها و عملکرد طبیعی عضلات کمک می‌کند. ویتامین‌های گروه B نیز نقش حیاتی در عملکرد سیستم عصبی دارند و از خستگی، اضطراب و کاهش تمرکز جلوگیری می‌کنند.

توضیحات کاربردی	موارد مصرف سوپرابیون فورویمین
آنتی‌اکسیدان‌های قوی (A) ، C ، + E روغن‌های گیاهی برای درخشندگی و لطافت پوست و مو	زیبایی پوست و مو
وجود ویتامین C ، D ، سلنیوم و روی برای افزایش مقاومت بدن	تقویت سیستم ایمنی
روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای حاوی GLA برای تنظیم هورمونی	کاهش علائم PMS
ترکیب آهن، فولیک اسید و ویتامین B12 برای خون‌سازی	پیشگیری از کم‌خونی

سلامت استخوان و اعصاب	ویتامین D ، K ، منیزیم و ویتامین‌های گروه B برای عملکرد عضلانی و عصبی
-----------------------	---

قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپراپیون فورویمین مکملی همه‌جانبه است که با ترکیب دقیق از ویتامین‌ها، مینرال‌ها و روغن‌های گیاهی، پنج محور اصلی سلامت بانوان — انرژی، ایمنی، تعادل هورمونی، زیبایی و آرامش عصبی — را پوشش می‌دهد.

ترکیبات کلیدی قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپراپیون فورویمین و نقش هرکدام

یکی از ویژگی‌های برجسته سوپراپیون فورویمین، فرمولاسیون علمی و متعادل آن است که با همکاری متخصصان تغذیه بین‌المللی و با استفاده از پرمیکس‌های باکیفیت DSM سوئیس طراحی شده است. این فرمول به‌صورت اختصاصی برای بدن بانوان توسعه یافته تا نیازهای تغذیه‌ای، هورمونی و زیبایی را پوشش دهد. در این ترکیب، ویتامین‌ها، مواد معدنی و روغن‌های گیاهی به شکلی انتخاب شده‌اند که هم‌افزایی ایجاد کنند و اثر یکدیگر را تقویت نمایند. در ادامه با مهم‌ترین ترکیبات فعال این مکمل و عملکرد علمی آن‌ها آشنا می‌شویم.

پودر روغن گل ستاره‌ای (Starflower Oil Powder)

منبع طبیعی گاما لینولنیک اسید (GLA) است که نقش مهمی در تعادل هورمونی و سلامت پوست دارد. این اسید چرب ضروری باعث کاهش التهاب، کاهش دردهای دوران قاعدگی (PMS) و جلوگیری از خشکی پوست می‌شود. همچنین، با تقویت لایه لیپیدی پوست، از پیری زودرس و ایجاد چین‌وچروک جلوگیری می‌کند.

پودر روغن پامچال شب

یکی از مؤثرترین ترکیبات در سوپراپیون فورویمین برای کاهش علائم سندرم پیش‌قاعدگی است. روغن پامچال شب باعث کاهش حساسیت سینه‌ها، دل‌دردهای قاعدگی و نوسانات خلقی می‌شود. مصرف منظم این ترکیب در کنار ویتامین‌های B6 و E باعث حفظ آرامش عصبی و کنترل نوسانات هورمونی در خانم‌ها می‌شود.

بیوفلاونوئیدهای مرکبات (Citrus Bioflavonoids)

این ترکیبات از پوست و گوشت مرکبات استخراج شده و خاصیت آنتی اکسیدانی و ضدالتهابی قوی دارند. آن‌ها به ویتامین C در جذب بهتر کمک کرده و با کاهش استرس اکسیداتیو، باعث شادابی پوست و تقویت مویرگ‌های پوستی می‌شوند.

ویتامین C

ویتامین C یک آنتی اکسیدان قوی است که از سلول‌ها در برابر آسیب رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند، به سنتز کلاژن برای پوست کمک می‌نماید و جذب آهن در بدن را افزایش می‌دهد. در کنار ویتامین E، یک ترکیب ضدپیری طبیعی ایجاد می‌کند که برای بانوانی که در معرض استرس یا خستگی زیاد هستند، بسیار مفید است.

ویتامین E

یکی از ویتامین‌های کلیدی برای حفظ جوانی پوست و سلامت قلب است. این ویتامین با مهار اکسیداسیون چربی‌ها، باعث جلوگیری از تخریب سلولی و تسریع ترمیم بافتی می‌شود. ویتامین E همچنین در کنار روغن پامچال شب، اثر تسکین‌دهنده بر علائم قاعدگی دارد که در سوپرابیون فورویمین موجود هستند.

ویتامین A

ویتامین A در حفظ سلامت بینایی، پوست و سیستم ایمنی نقش حیاتی دارد. این ویتامین باعث افزایش بازسازی سلولی پوست و کاهش جوش‌های هورمونی می‌شود. در مکمل‌های عمومی مانند مولتی دیلی سوپرابیون نیز از فرم متعادل این ویتامین برای تقویت سیستم ایمنی استفاده می‌شود.

ویتامین D

ویتامین D برای جذب کلسیم و حفظ استحکام استخوان‌ها ضروری است. این ویتامین از پوکی استخوان، درد مفاصل و ضعف عضلانی پیشگیری می‌کند. ترکیب آن با منیزیم و ویتامین K در سوپرابیون فورویمین باعث جذب بهتر کلسیم در بدن می‌شود.

ویتامین‌های گروه B (B1، B2، B3، B6، B12)

ویتامین‌های گروه B وظیفه تبدیل غذا به انرژی و تنظیم عملکرد سیستم عصبی را بر عهده دارند. به ویژه ویتامین B6 در تنظیم خلق و خو و کاهش علائم PMS بسیار مؤثر است، در حالی که B12 به خون‌سازی و افزایش انرژی کمک می‌کند.

آهن

آهن موجود در سوپراپیون فورویمین به صورت فرم قابل جذب انتخاب شده تا از کمخونی فقر آهن جلوگیری کند. این عنصر به انتقال اکسیژن و افزایش تمرکز و انرژی کمک می‌کند. در بانوانی که پیوندهای سنگین دارند، آهن مکملی حیاتی است.

روی (Zinc)

عنصری ضروری برای سلامت پوست، مو و ناخن است. زینک با تحریک سنتز کلاژن، به بهبود زخم‌ها و جلوگیری از ریزش مو کمک می‌کند.

منیزیم

این ماده معدنی در تنظیم عملکرد عضلات، کاهش استرس و بهبود خواب نقش دارد. در بانوانی که از دردهای عضلانی یا گرفتگی پا در دوران قاعدگی رنج می‌برند، منیزیم موجود در سوپراپیون فورویمین تأثیر چشمگیری دارد.

سلیوم

یک آنتی‌اکسیدان قوی است که از سلول‌ها در برابر استرس اکسیداتیو محافظت می‌کند و در سلامت تیروئید و سیستم ایمنی نقش کلیدی دارد.

کروم

به تنظیم قند خون کمک می‌کند و از تمایل به مصرف شیرینی در دوران قبل از قاعدگی می‌کاهد. این ویژگی باعث تعادل انرژی و جلوگیری از افزایش وزن می‌شود.

عملکرد اصلی	ترکیب فعال سوپراپیون فورویمین
کاهش التهاب، تنظیم هورمون‌ها، زیبایی پوست	روغن گل ستاره‌ای
کاهش علائم PMS، تسکین دردهای قاعدگی	روغن پامچال شب
آنتی‌اکسیدان، تقویت پوست و عروق خونی	بیوفلاونوئیدهای مرکبات
جوان‌سازی پوست، تقویت ایمنی، ضدپیری	ویتامین C و E
استحکام استخوان‌ها، جذب بهتر کلسیم	ویتامین D و K
افزایش انرژی، سلامت اعصاب، بهبود خلق و خو	ویتامین‌های گروه B

پیشگیری از کم‌خونی، افزایش اکسیژن‌رسانی	آهن و فولات
سلامت مو و پوست، تقویت سیستم ایمنی	روی و سلنیوم
کاهش استرس، تنظیم قند خون، آرامش عضلانی	منیزیم و کروم

ترکیبات هوشمندانه در سوپراپیون فورویمین به‌صورت هدفمند انتخاب شده‌اند تا نیازهای بانوان را از درون تأمین کنند؛ از تنظیم چرخه هورمونی تا حفظ جوانی پوست و افزایش انرژی روزانه. با فرمولاسیون بر پایه مواد اولیه DSM سوئیس و تولید در شرکت داروسازی کیش مدیفارم، این مکمل از نظر کیفیت و اثربخشی در سطح استانداردهای جهانی قرار دارد.

نحوه مصرف قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپراپیون فورویمین

مصرف صحیح مکمل‌های تغذیه‌ای یکی از عوامل کلیدی در جذب مؤثر و افزایش اثربخشی آن‌هاست. حتی بهترین مکمل‌ها نیز اگر در زمان نامناسب یا همراه با مواد غذایی خاص مصرف شوند، ممکن است جذب پایینی داشته باشند. سوپراپیون فورویمین نیز از این قاعده مستثنی نیست و برای دستیابی به بهترین نتایج، باید طبق دستورالعمل مشخص مصرف گردد.

این مکمل با فرمولاسیون علمی و استفاده از پریمیکس‌های باکیفیت DSM سوئیس طراحی شده تا با مصرف روزانه، سطح ویتامین‌ها و مواد معدنی بدن بانوان را در محدوده‌ای ایده‌آل نگه دارد.

مقدار مصرف توصیه‌شده برای بانوان بالغ: روزانه یک عدد قرص سوپراپیون فورویمین همراه با وعده اصلی غذا (ترجیحاً نهار) این دوز، تعادل کاملی بین تأمین نیازهای روزانه و جلوگیری از تجمع بیش از حد مواد در بدن ایجاد می‌کند.

مصرف قرص با وعده غذایی باعث جذب بهتر و کاهش احتمال ناراحتی معده می‌شود. در افرادی که رژیم غذایی خاص دارند (مثل رژیم گیاه‌خواری یا کم‌کالری)، ممکن است پزشک دوز متفاوتی از سوپراپیون فورویمین را تجویز کند.

بهترین زمان مصرف برای جذب بیشتر: برای بهره‌مندی از اثر انرژی‌زای ویتامین‌های گروه B ، بهتر است مکمل در صبح یا ظهر مصرف شود. از مصرف قرص در ساعات شب خودداری کنید، زیرا ترکیباتی مانند ویتامین B6 و روغن پامچال شب ممکن است موجب افزایش انرژی و بی‌خوابی شوند.

در صورت نیاز به مصرف هم‌زمان با مکمل‌های دیگر آن را در وعده جداگانه‌ای از روز مصرف کنید.

نحوه مصرف در دوران قاعدگی: بهتر است مصرف قرص سوپراییون فروویمین ادامه پیدا کند، زیرا آهن و ویتامین B12 موجود در فروویمین به جبران خون از دست‌رفته و کاهش خستگی کمک می‌کنند.

نحوه مصرف سوپراییون فروویمین در دوران بارداری یا شیردهی: در این دوره، به جای سوپراییون فروویمین باید از مکمل تخصصی **پیریناتال سوپراییون** استفاده شود که دوزهای خاصی از فولیک‌اسید و آهن برای مادر و جنین دارد.

نکات مهم برای جذب بهتر و مصرف ایمن

- قرص را با یک لیوان آب کامل مصرف کنید، نه با چای یا قهوه؛ زیرا کافئین جذب آهن و روی را کاهش می‌دهد.
- از مصرف هم‌زمان قرص سوپراییون فروویمین با لبنیات در لحظه مصرف خودداری کنید، چون کلسیم می‌تواند جذب آهن را مختل کند.
- بین مصرف فروویمین سوپراییون و داروهای تیروئید، آنتی‌بیوتیک‌ها یا داروهای ضدانعقاد حداقل ۲ ساعت فاصله قرار دهید.
- در صورت فراموشی مصرف، به محض یادآوری در همان روز قرص را میل کنید. اما از مصرف دو قرص در یک روز خودداری نمایید.

نحوه نگهداری مکمل فروویمین سوپراییون

در دمای زیر ۲۵ درجه سانتی‌گراد، در محیط خشک و دور از نور مستقیم خورشید نگهداری شود. از نگهداری محصول در حمام یا آشپزخانه (محیط‌های مرطوب) خودداری کنید. قرص‌ها را دور از دسترس کودکان نگه دارید. درب بسته را پس از هر بار استفاده محکم ببندید تا از نفوذ هوا جلوگیری شود.

توضیحات	مورد
روزانه ۱ عدد همراه وعده اصلی (ناهار)	مقدار مصرف
صبح یا ظهر برای جذب بیشتر و جلوگیری از بی خوابی	بهترین زمان مصرف
جایگزین با پریناتال سوپراپیون	مصرف در بارداری
با فاصله ۶ تا ۸ ساعت، با مشورت پزشک	مصرف با مکمل های دیگر
همراه آب کافی، نه با چای یا قهوه	روش مصرف
در جای خشک و خنک، دور از نور مستقیم و دسترس کودکان	نگهداری

برای دستیابی به حداکثر اثربخشی، قرص مولتی ویتامین مینرال خانمها سوپراپیون فروویمن باید به صورت منظم و طبق دستور مصرف گردد. مصرف همراه غذا، پرهیز از کافئین همزمان و رعایت فاصله با داروهای خاص، باعث جذب بهتر و جلوگیری از تداخل می شود.

موارد احتیاط و هشدارها در مصرف قرص مولتی ویتامین مینرال خانمها سوپراپیون فروویمن

اگرچه سوپراپیون فروویمن یکی از ایمن ترین و کامل ترین مکمل های تغذیه ای مخصوص بانوان است، اما مانند هر مکمل یا داروی دیگر، مصرف آن باید با آگاهی و در شرایط خاص با نظر پزشک یا داروساز انجام شود.

این مکمل با فرمولاسیون علمی و مواد اولیه باکیفیت DSM سوئیس طراحی شده تا سلامت عمومی، زیبایی و تعادل هورمونی را در بانوان حفظ کند، با این حال در برخی شرایط پزشکی یا دارویی لازم است احتیاط شود.

• در دوران بارداری و شیردهی

مصرف سوپراپیون فروویمن در دوران بارداری توصیه نمی شود، زیرا نیازهای تغذیه ای مادر و جنین متفاوت است و این مکمل دوزهای عمومی برای بانوان غیر باردار دارد. در این دوره، بهتر است از مکمل تخصصی پریناتال سوپراپیون استفاده شود که حاوی فولیک اسید، آهن و ویتامین D با دوز دقیق و ایمن برای رشد جنین

و سلامت مادر است. همچنین در دوران شیردهی نیز مصرف مکمل‌های ویژه بانوان شیرده تحت نظر پزشک ضروری است.

- بیماران مبتلا به مشکلات کبدی، کلیوی یا تیروئیدی
بانوانی که به بیماری‌های کبدی یا کلیوی مبتلا هستند باید قبل از شروع مصرف با پزشک مشورت کنند، چون ویتامین‌های محلول در چربی (A، D، E، K) ممکن است در بدن تجمع پیدا کنند. همچنین بیماران تیروئیدی باید از مصرف همزمان فروویمن با داروهای هورمون تیروئید (مثل لووتیروکسین) بدون رعایت فاصله زمانی حداقل دو ساعت خودداری کنند.
- بیماران دیابتی یا دارای فشار خون بالا
در افراد مبتلا به دیابت، وجود کروم و جینسینگ (در برخی محصولات مکملی دیگر) ممکن است با داروهای پایین‌آورنده قند خون تداخل کند. اگرچه سوپرابیون فروویمن فاقد محرک‌های قندی است، ولی بهتر است در بیماران دیابتی تحت کنترل پزشک مصرف شود. در صورت نیاز به انرژی‌زایی عمومی و متعادل، مکمل مولتی ویلی سوپرابیون گزینه‌ای مناسب‌تر و عمومی‌تر است.
- تداخلات دارویی مهم
برای اطمینان از مصرف ایمن، فاصله زمانی مناسب بین مصرف فروویمن و داروهای زیر رعایت شود:
آنتی‌بیوتیک‌ها (تتراسایکلین، سیپروفلوکساسین): آهن و منیزیم موجود در فروویمن جذب دارو را کاهش می‌دهند.
داروهای ضدانعقاد (وارفارین): ویتامین K موجود در مکمل ممکن است با اثر دارو تداخل ایجاد کند.
داروهای ضدافسردگی و هورمونی: برخی از ویتامین‌های گروه B و روغن‌های گیاهی ممکن است در متابولیسم داروها تأثیر بگذارند.
اگر از داروی خاصی استفاده می‌کنید، مصرف سوپرابیون فروویمن را حداقل با فاصله ۲ تا ۳ ساعت انجام دهید.
- واکنش‌های آلرژیک یا گوارشی نادر

در موارد بسیار نادر، ممکن است برخی افراد به یکی از ترکیبات مانند پارا آمینو بنزوئیک اسید (PABA) یا اسانس‌های گیاهی حساسیت داشته باشند. علائمی مانند خارش، بثورات پوستی یا ناراحتی معده ممکن است مشاهده شود. در چنین مواردی مصرف سوپرابیون فورویمین را قطع کرده و با پزشک مشورت کنید. برای افرادی که به ترکیبات گیاهی حساس هستند، می‌توان از مکمل ساده‌تر مولتی دیلی سوپرابیون استفاده کرد که فاقد روغن‌های گیاهی است.

- مصرف هم‌زمان با سایر مولتی‌ویتامین‌ها

از مصرف هم‌زمان چند نوع مکمل مولتی‌ویتامین خودداری کنید، زیرا ممکن است باعث مصرف بیش از حد ویتامین‌های محلول در چربی (A، D، E، K) شود. قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپرابیون فورویمین در صورت مصرف صحیح، ایمن و مؤثر است، اما توجه به شرایط خاص مانند بارداری، مصرف داروهای تیروئید، یا آلرژی به ترکیبات گیاهی ضروری است.

ترکیبات قرص سوپرابیون فورویمین برای خانم‌ها

این مکمل با فرمولی منحصربه‌فرد، ترکیبی از ویتامین‌ها، مینرال‌ها، روغن‌های گیاهی و آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی را ارائه می‌دهد که در کنار هم به سلامت عمومی، زیبایی و نشاط روحی زنان کمک می‌کنند. در ادامه به ذکر ترکیبات مهم قرص مکمل غذایی سوپرابیون فورویمین برای خانم‌های می‌پردازیم:

روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای → تعادل هورمونی → کاهش علائم PMS و افزایش آرامش

وجود این دو روغن گیاهی در ترکیب سوپرابیون فورویمین، ویژگی منحصربه‌فردی است که کمتر در سایر مولتی‌ویتامین‌ها دیده می‌شود. اسیدهای چرب ضروری (GLA) موجود در آن‌ها با کاهش التهاب و تعادل هورمونی، به بهبود خلق‌وخو، کاهش دردهای قاعدگی و تنظیم چرخه ماهانه کمک می‌کنند.

ترکیب غنی از ویتامین‌های A، C، E و بیوفلاونوئیدهای مرکبات → خاصیت آنتی‌اکسیدانی → پوست شاداب و موهای درخشان

ویتامین‌های A ، C و E به همراه بیوفلاونوئیدهای طبیعی باعث مهار رادیکال‌های آزاد و محافظت از پوست در برابر پیری زودرس می‌شوند. این ترکیب به‌ویژه برای بانوانی که در معرض استرس یا آلودگی‌های محیطی هستند، اثر روشن‌کنندگی و طراوت‌بخش دارد.

ویتامین‌های گروه B (B1 ، B2 ، B6 ، B12 ، نیاسین و فولات) → (افزایش انرژی → کاهش خستگی و استرس

ویتامین‌های گروه B مسئول متابولیسم انرژی و عملکرد طبیعی سیستم عصبی هستند. در نتیجه، مصرف سوپراپیون فورویمین موجب افزایش تمرکز، بهبود عملکرد ذهنی و کاهش احساس خستگی در طول روز می‌شود.

وجود آهن، فولات و → B12 خون‌سازی سالم → پیشگیری از کم‌خونی در بانوان
با توجه به از دست رفتن آهن در دوران قاعدگی، این سه ماده به‌صورت دقیق و علمی در فرمول فورویمین قرار گرفته‌اند تا از کم‌خونی و ضعف جلوگیری کنند. مصرف منظم باعث بهبود رنگ پوست، افزایش انرژی و تمرکز می‌شود.

ویتامین D ، K و منیزیم → استحکام استخوان‌ها → پیشگیری از پوکی استخوان
کمبود ویتامین D یکی از شایع‌ترین مشکلات در زنان است که به ضعف استخوان و درد مفاصل منجر می‌شود. در قرص مکمل غذایی سوپراپیون فورویمین، این ویتامین در کنار منیزیم و ویتامین K قرار دارد تا جذب کلسیم به‌صورت کامل انجام شود و سلامت استخوان‌ها حفظ گردد.

سلنیوم، روی و کروم → تقویت سیستم ایمنی و کنترل متابولیسم → مقابله با استرس و افزایش سوخت‌وساز

این عناصر معدنی به عملکرد سیستم ایمنی، سلامت تیروئید و کنترل قند خون کمک می‌کنند. زینک باعث ترمیم سلولی و افزایش رشد موها، سلنیوم از سلول‌ها در برابر استرس اکسیداتیو محافظت می‌کند و کروم به کاهش ولع قند و شیرینی کمک می‌نماید.

ویتامین E و روغن‌های گیاهی → بهبود سلامت قلب و عروق → محافظت از بدن در برابر استرس‌های محیطی

ویتامین E یک آنتی اکسیدان قوی برای جلوگیری از اکسیداسیون چربی‌ها و حفظ سلامت قلب است. این ویتامین در کنار اسیدهای چرب گیاهی موجود در سوپراپیون فورویمین، ترکیبی مؤثر برای حفظ جریان خون سالم و پیشگیری از خستگی زودرس ایجاد می‌کند.

مزیت	اثرگذاری	ترکیب سوپراپیون فورویمین
کاهش علائم PMS و دردهای قاعدگی	تنظیم هورمون‌ها طبیعی	روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای
پوست شفاف، موهای سالم و کاهش چین و چروک	خاصیت آنتی اکسیدانی قوی	ویتامین‌های A ، C ، E
انرژی بیشتر، کاهش استرس و خستگی	افزایش سوخت و ساز سلولی	ویتامین‌های گروه B
جلوگیری از کم‌خونی و ضعف عمومی	خون‌سازی طبیعی	آهن، فولات و B12
استحکام استخوان‌ها و پیشگیری از پوکی	افزایش جذب کلسیم	ویتامین D ، K و منیزیم
کنترل قند خون و حفظ سلامت تیروئید	تقویت ایمنی و متابولیسم	سلنیوم، روی، کروم
سلامت قلب، جوانی و افزایش تمرکز	محافظت از سلول‌ها	ویتامین E و اسیدهای چرب

قرص مولتی ویتامین مینرال خانم‌ها سوپراپیون فورویمین یکی از معدود مکمل‌های چند منظوره‌ای است که هم بر سلامت جسمی و هم بر زیبایی و تعادل روحی زنان تمرکز دارد.

ترکیبات گیاهی ارزشمند مانند روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای در کنار ویتامین‌ها و مینرال‌های ضروری، این محصول را به یک مکمل کامل برای بانوان تبدیل کرده است. با تکیه بر کیفیت مواد اولیه DSM سوئیس، برند معتبر اکسون فارمد ایرانیان و تولید قراردادی در کیش مدیفارم، فورویمین سوپراپیون از نظر ایمنی و اثربخشی در سطح بین‌المللی قرار دارد.

عوارض احتمالی قرص مولتی ویتامین مینرال خانم‌ها سوپراپیون فورویمن

سوپراپیون فورویمن از ایمن‌ترین و متعادل‌ترین مکمل‌های تخصصی برای بانوان است. این محصول با بهره‌گیری از پیریمیکس‌های باکیفیت DSM سوئیس و تولید قراردادی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم، طبق استانداردهای دارویی اروپا تولید شده و در بیشتر مصرف‌کنندگان هیچ عارضه‌ای ایجاد نمی‌کند. با این حال، آگاهی از عوارض احتمالی، برای مصرف ایمن و آگاهانه ضروری است.

بروز عوارض معمولاً در شرایطی اتفاق می‌افتد که سوپراپیون فورویمن با معده خالی مصرف شود، بیش از دوز توصیه‌شده (روزانه ۱ عدد) مصرف گردد و یا فرد دچار حساسیت یا بیماری زمینه‌ای خاص باشد. در ادامه به ذکر برخی از این موارد خواهیم پرداخت:

تهوع یا ناراحتی معده: در برخی افراد، مصرف مولتی ویتامین‌ها با معده خالی ممکن است باعث تهوع خفیف یا احساس سنگینی شود. علت اصلی، وجود آهن و ویتامین C در ترکیب است. قرص سوپراپیون فورویمن را همراه با غذا و یک لیوان آب کامل مصرف کنید. سردرد خفیف یا سرگیجه: در موارد نادر، به‌ویژه در مصرف‌کنندگان جدید، ممکن است بدن برای مدتی کوتاه در حال سازگاری با سطح جدید ویتامین‌ها باشد. این حالت موقتی است و معمولاً پس از چند روز برطرف می‌شود.

تغییر رنگ ادرار: وجود ویتامین B2 (ریبوفلاوین) در فورویمن باعث می‌شود ادرار به رنگ زرد روشن درآید. این پدیده پس از مصرف سوپراپیون فورویمن کاملاً طبیعی و بی‌ضرر است و نشان‌دهنده جذب ویتامین‌های محلول در آب است.

بی‌خوابی یا افزایش انرژی در شب: ویتامین‌های گروه B و ترکیبات انرژی‌زا ممکن است در صورت مصرف در ساعات شب باعث بی‌خوابی یا افزایش فعالیت ذهنی شوند. سوپراپیون فورویمن را در وعده صبح یا ناهار مصرف کنید تا بدن از اثر انرژی‌زای آن بهره‌مند شود.

واکنش‌های آلرژیک خفیف: در افرادی که نسبت به اسانس‌های گیاهی یا پارا آمینو بنزوئیک اسید (PABA) حساسیت دارند، ممکن است بثورات پوستی یا خارش خفیف ایجاد شود. در صورت بروز هرگونه علائم آلرژیک، مصرف را قطع و با پزشک مشورت نمایید.

در صورت حساسیت، می‌توانید به جای سوپراپیون فورویمین از مکمل عمومی‌تر مولتی دیلی سوپراپیون استفاده کنید که فاقد روغن‌های گیاهی است.

ناراحتی گوارشی یا نفخ: وجود آهن در قرص مکمل غذایی سوپراپیون فورویمین ممکن است در برخی افراد منجر به یبوست یا احساس نفخ شود. مصرف مایعات فراوان و میوه‌های فیبردار برای بهبود عملکرد دستگاه گوارش توصیه می‌گردد.

افزایش انرژی بیش از حد در افراد حساس: در برخی بانوان با متابولیسم بالا، ترکیب ویتامین‌های B ممکن است باعث افزایش سطح انرژی و احساس بی‌قراری شود. این اثر معمولاً کوتاه‌مدت است و با تنظیم زمان مصرف (صبح‌ها) رفع می‌شود.

تداخل خفیف با داروهای خاص: مصرف هم‌زمان سوپراپیون فورویمین با داروهایی مانند وارفارین، داروهای تیروئید یا آنتی‌بیوتیک‌ها ممکن است باعث تداخل جذب یا تغییر اثر دارو شود. فاصله ۲ تا ۳ ساعت بین مصرف دارو و مکمل را رعایت کنید.

در صورت مصرف داروی مزمن، پزشک یا داروساز را مطلع سازید.

علائم هشداردهنده (نادر ولی مهم)

در موارد بسیار نادر، ممکن است نشانه‌های زیر نیاز به قطع فوری مصرف و مراجعه به پزشک داشته باشند:

- واکنش پوستی شدید یا تورم لب‌ها و صورت
- تهوع مداوم یا استفراغ
- درد قفسه سینه یا تپش قلب
- کبودی یا خون‌دماغ غیرمعمول

توضیح و راهکار	نوع عارضه
مصرف سوپراپیون فورویمین همراه غذا، نوشیدن آب کافی	تهوع خفیف
موقتی، مصرف در صبح توصیه می‌شود	سردرد یا سرگیجه
طبیعی و بی‌ضرر به دلیل ویتامین B2	تغییر رنگ ادرار
اجتناب از مصرف شبانه	بی‌خوابی
قطع مصرف و مشاوره با پزشک	آلرژی خفیف

مصرف مایعات و میوه‌های فیبردار	یبوست یا نفخ
رعایت فاصله مصرف سوپرایبیون فورویمین ۲ تا ۳ ساعته با داروها	تداخل دارویی

قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپرایبیون فورویمین معمولاً عارضه‌ای جدی ندارد و در دوز استاندارد روزانه (۱ عدد همراه غذا) کاملاً ایمن است. عوارض احتمالی آن موقتی، خفیف و قابل پیشگیری هستند. مصرف منظم و صحیح، در کنار تغذیه متعادل و سبک زندگی سالم، اثربخشی این مکمل را به حداکثر می‌رساند.

سوالات متداول درباره قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپرایبیون فورویمین

در این بخش به پرتکرارترین سوالاتی که مصرف‌کنندگان درباره سوپرایبیون فورویمین مطرح می‌کنند پاسخ داده می‌شود. این پرسش‌ها بر اساس تجربه مصرف‌کنندگان واقعی، بازخورد داروسازان و داده‌های وبسایت رسمی سوپرایبیون گردآوری شده‌اند.

قرص سوپرایبیون فورویمین برای چه کسانی مناسب است؟ این مکمل مخصوص بانوان در سنین باروری تا یائسگی طراحی شده است. برای خانم‌هایی که دچار خستگی مزمن، کم‌خونی، ریزش مو، پوست کدر، دردهای قاعدگی یا ضعف ایمنی هستند، فورویمین سوپرایبیون انتخابی ایده‌آل است.

بهترین زمان مصرف سوپرایبیون فورویمین چه موقع است؟ بهترین زمان مصرف، همراه با وعده ناهار یا صبحانه است تا جذب ویتامین‌ها افزایش یابد و احتمال ناراحتی معده کاهش پیدا کند. از مصرف در شب خودداری کنید، زیرا ترکیبات انرژی‌زا مانند ویتامین‌های گروه B ممکن است باعث بی‌خوابی شوند.

تفاوت سوپرایبیون فورویمین با پربیناتال سوپرایبیون چیست؟ سوپرایبیون فورویمین برای بانوان غیر باردار طراحی شده است و تمرکز آن بر انرژی، تعادل هورمونی و سلامت پوست و مو است. اما پربیناتال سوپرایبیون مکمل تخصصی دوران بارداری است و دوزهای خاصی از فولیک‌اسید، آهن و کلسیم برای رشد جنین دارد.

چه مدت باید سوپرایبیون فورویمین را مصرف کنم تا اثراتش ظاهر شود؟ اثرات قابل‌مشاهده معمولاً بعد از ۴ تا ۸ هفته مصرف منظم ظاهر می‌شوند.

پوست روشن تر و موهای قوی تر اولین تغییرات محسوب می‌شوند. برای نتیجه پایدار، مصرف حداقل ۳ ماهه توصیه می‌شود.

آیا سوپرابیون فورویمین باعث افزایش وزن می‌شود؟ خیر. این مکمل فاقد کالری بالا، شکر یا ترکیبات چاق کننده است. بلکه با تنظیم سوخت و ساز و کمک به عملکرد تیروئید (به دلیل وجود کروم و روی) به حفظ وزن متعادل بدن کمک می‌کند.

آیا سوپرابیون فورویمین می‌تواند به بهبود خلق و خو کمک کند؟ بله، ویتامین B6 و اسیدهای چرب GLA موجود در روغن پامچال شب و گل ستاره‌ای باعث تنظیم ترشح سروتونین در مغز می‌شوند. این ترکیب به کاهش استرس، بهبود خلق و خو و کاهش بی‌حوصلگی دوران قبل از قاعدگی (PMS) کمک می‌کند.

آیا در صورت مصرف داروهای خاص (مثل تیروئید یا وارفارین) می‌توان سوپرابیون فورویمین مصرف کرد؟ در صورت مصرف داروهای تیروئید، آنتی‌بیوتیک یا ضد انعقاد (مانند وارفارین)، باید فاصله ۲ تا ۳ ساعت بین مصرف دارو و مکمل رعایت شود. مشورت با پزشک پیش از شروع مصرف ضروری است تا از تداخل دارویی جلوگیری شود.

نتیجه‌گیری و جمع‌بندی نهایی سوپرابیون فورویمین

قرص مولتی‌ویتامین مینرال خانم‌ها سوپرابیون فورویمین (Suprabion For Women) حاصل سال‌ها پژوهش علمی در زمینه تغذیه بانوان و مراقبت از سلامت آن‌هاست. این مکمل نه تنها برای تأمین مواد مغذی روزانه طراحی شده، بلکه به گونه‌ای هوشمندانه فرموله شده تا پاسخگوی تغییرات فیزیولوژیکی، هورمونی و متابولیکی بدن زنان در سنین مختلف باشد.

استرس‌های روزمره، کم‌خوابی، رژیم‌های نامتعادل و آلودگی‌های محیطی، بدن زنان را با کمبودهای ریزمغذی مواجه می‌کند. تمام مواد اولیه مورد استفاده در این محصول از شرکت معتبر DSM سوئیس تأمین می‌شود که یکی از بزرگ‌ترین تولیدکنندگان مواد اولیه مکمل‌های تغذیه‌ای در جهان شناخته می‌شود.

فرمولاسیون علمی این مکمل توسط شرکت اکسون فارمد ایرانیان توسعه یافته و با رعایت استانداردهای GMP و کیفی، به صورت قراردادی در شرکت داروسازی کیش مدیفارم تولید و بسته‌بندی می‌شود.

این همکاری میان سه مجموعه‌ی معتبر DSM — سوئیس، اکسون فارمد ایرانیان و کیش مدیفارم — باعث شده سوپرابیون فورویمن نه تنها از نظر اثربخشی، بلکه از لحاظ خلوص مواد اولیه و ایمنی مصرف در ردیف مکمل‌های بین‌المللی قرار گیرد.

با مصرف منظم و مداوم این مکمل، بسیاری از بانوان شاهد تغییرات محسوس در پوست، مو، خلق‌وخو، سطح انرژی و نظم دوره‌های قاعدگی خود خواهند بود. نتایج مطالعات بالینی نشان داده است که ترکیب روغن پامچال شب، ویتامین‌های گروه B و مواد معدنی مانند روی و منیزیم، در کاهش علائم سندرم پیش‌قاعدگی، بهبود کیفیت خواب و افزایش نشاط روزانه نقش مؤثری دارند.

همچنین برای زوج‌هایی که به سلامت تغذیه‌ای خود اهمیت می‌دهند، مصرف هم‌زمان سوپرابیون فورویمن و **سوپرابیون فورمن** (ویژه آقایان) می‌تواند تعادل تغذیه‌ای ایده‌آلی را برای هر دو فراهم کند؛ تا انرژی و نشاط زندگی در هر دو شریک زندگی حفظ شود.

در نهایت، سوپرابیون فورویمن را می‌توان نه فقط یک مولتی‌ویتامین، بلکه یک «برنامه‌ی هوشمند تغذیه‌ای برای زنان مدرن» دانست برنامه‌ای که بدن را در بهترین وضعیت ممکن از نظر انرژی، ایمنی، زیبایی و آرامش نگه می‌دارد.

ترکیب دانش جهانی DSM سوئیس، تخصص اکسون فارمد ایرانیان و فناوری تولیدی کیش مدیفارم، تضمین می‌کند که هر قرص فورویمن، استاندارد از کیفیت و اعتماد را به همراه دارد.