

بنام خدا

مکمل یاری با ویتامین "د" در بارداری

۱- لازم است حتما قبل از تجویز ویتامین "د" از مادر باردار در خصوص تجویز آمپول ویتامین "د" یا مصرف سایر مکمل های حاوی ویتامین "د" سوال شود و در صورت مصرف مکمل به میزان کافی (۱۰۰۰ واحد روزانه) از تجویز بیش از حد مکمل ها خودداری شود و در صورت نیاز برای تصمیم گیری نهایی با پزشک مرکز هماهنگی شود.

۲- بهتر است مکمل با وعده های اصلی غذا مصرف شود.

۳- دوز پیشگیرانه ۱۰۰۰ واحد در روز بدون عارضه می باشد.

۴- در صورت بروز علائم مسمومیت شامل یبوست ، ضعف ، خواب آلودگی ، سردرد، کاهش اشتها ، پرنوشی ، خشکی دهان ، طعم آهن در دهان ، تهوع و استفراغ ، از ادامه مصرف مکمل خودداری و به پایگاه سلامت /خانه بهداشت یا پزشک مراجعه نماید.

۵- در افراد مبتلا به سارکوئیدوزیس ، هیپر پاراتیروئیدیسم ، بیماری های کلیوی و هیستوپلاسموزیس مصرف مکمل ویتامین "د" با نظر پزشک انجام شود.

۶- **احتمال تداخلات دارویی در صورت مصرف بعضی از داروها با ویتامین "د" به شرح زیر وجود دارد :**
(توصیه می شود بیمار پزشک خود را از مصرف ویتامین "د" آگاه کند)

- مصرف همزمان ویتامین "د" با داروهای کورتیکواستروئیدی مانند پردنیزولون ، داروهای ضد تشنج مانند فنوباریتال ، فنی توئین و داروهای درمان بیماری سل مانند ریفامپین و ایزو نیاژید با مکانیسم های مختلف از جمله کاهش جذب کلسیم ، کاهش جذب ویتامین "د" ، افزایش متابولیسم ویتامین "د" تداخل داشته و موجب کاهش اثر ویتامین "د" می شود.

- مصرف هم زمان ویتامین "د" با تیازیدها که در درمان فشار خون استفاده می شود می تواند سطح ویتامین "د" خون را افزایش دهد.

- در صورتی که فرد داروی آنتی اسید مصرف می کند لازم است ویتامین "د" را دو ساعت قبل یا چهار ساعت بعد از آنتی اسید میل کند.

- در صورت مصرف داروی قلبی دیگوکسین مصرف ویتامین "د" با نظر پزشک معالج باشد.