

معرفی انواع مکمل های دارو، انواع قرص ها و ویتامین های مناسب برای بدن

مکمل دارو در اشکال مختلف تولید و مصرف می شود. این داروها همانطور که از نامشان برمی آید کامل کننده نقش سایر داروها و غذاها در بدن هستند. این مواد موجب حفظ سلامتی افراد و پیشگیری از بروز کمبودها، بیماری ها و عوارض جانبی آنها در افراد می شود. تا جایی که بسیاری از پزشکان و مراجع معتبر پزشکی، مصرف این مکمل ها را به عنوان بخشی از مراحل پروسه درمانی توصیه می کنند.



در این مطلب می خوانیم:

- از ویژگی ها و تنوع مکمل های دارویی چه می دانیم؟
- چرا باید از مکمل های مولتی ویتامین استفاده کنیم؟
- استفاده زنان باردار از قرص ویتامین!
- تا انتهای این نوشتار با ما همراه باشید.

مکمل دارویی از ماهیت تا عملکرد!

مکمل های دارویی موادی خاص، پرفرمدار و در عین حال چالش برانگیز هستند. نظرات مختلف و گاه متضادی درباره آنها وجود دارد. گروهی آنها را توصیه می کنند و عده ای درباره منع مصرف آنها سخن می گویند. اما آنچه بیشترین اعتبار را در این مورد دارد، نتیجه تحقیقاتی است که دانشمندان در این مورد انجام داده اند.

بر این اساس، بسیاری از این مواد در صورت استفاده به شکل صحیح و در زمان مناسب، می توانند فواید زیادی برای بدن داشته و **کمبودهای بدن** در زمینه **ویتامین** و سایر مواد را جبران کنند.

برای آنکه به ماهیت **داروهای ویتامین دار** بیشتر و بهتر پی ببریم، بهتر است نگاهی دقیق و عمیق به سیستم بدن و نیازهای آن داشته باشیم.

برای اینکه بدن از **رشد کافی** برخوردار باشد و اعمال حیاتی را به درستی انجام دهد، نیازمند موادی از گروه های مختلف غذایی است. **ویتامین ها، پروتئین ها و مواد معدنی، اسیدهای چرب** و بسیاری دیگر از مواد اصلی و واسطه بخشی از این نیاز را تشکیل می دهند.

هم چنین برای مقابله با **انواع بیماری ها**، داروهای ویتامین دار از **عملکرد قوی و خوبی** برخوردارند.

اما به دلایل مختلف این مواد همیشه به اندازه کافی و در زمان مقرر به بدن نمی رسند. گاهی نیز علیرغم وجود مواد و مصرف آنها، بدن توانایی جذب و هضم آنها را به شکل مواد طبیعی و خوراکی ندارد!

اینجاست که مصرف مکمل دارویی و نقش مثبت آن در بدن به خوبی مشخص می شود.

در ادامه مطلب با ما همراه باشید تا از تنوع این مواد و داروهای مکمل بیشتر برایتان بگوییم.



مکمل های دارویی: تنوع در اشکال، تفاوت در مصرف!

همانطور که نیازهای بدن به مواد مختلف با هم فرق دارد، اشکال دارویی که برای تکمیل این نیازها تولید می شود نیز با هم متفاوت است. بسته به اینکه کدام **بافت** یا **سیستم بدن** داروی مکمل را جذب می کند، شکل این مواد متفاوت خواهد بود.

اصلی ترین اشکال تولید این مکمل ها شامل قرص ویتامین، کپسول، شربت، عصاره و قطره، پودر، نوشیدنی، شکلات های طعم دار و انرژی زا، آمپول و سایر اشکال این مواد است که موارد مصرف گوناگون و متنوعی نیز دارند.

از مهم ترین مصارف مکمل دارویی می توان به موارد زیر اشاره کرد:

• جبران کمبود ویتامین ها یا پیشگیری از آن

گاهی مقدار کافی ویتامین برای مصرف در دسترس نیست و مواد غذایی لازم برای این مورد را در دسترس نداریم. گاهی نیز مواد غذایی از میزان کافی ویتامین برخوردار نیستند و با وجود مصرف آنها باز هم دچار کمبود ویتامین می شویم. در چنین شرایطی مصرف ویتامین مکمل چاره ساز است.

برای مثال بانوان باردار برای پیشگیری از تولد جنین نارس نیازمند مقادیر کافی مولتی ویتامین هستند که در قالب داروهای ویتامین دار مصرف می شود.

تنها در صورت استفاده کافی و به جا از مولتی ویتامین ها می توان انتظار جبران کمبود را برای مادر و نوزاد داشت. در غیر این صورت، احتمال بروز کمبودهای شدید و حتی خطر سقط جنین یا تولد نوزاد نارس نیز وجود دارد.

• جبران کمبود کلسیم و ویتامین D:

انواع قرص کلسیم به عنوان مکمل برای پیشگیری از پوکی استخوان سال هاست مورد استفاده بسیاری از مردم است. بانوان در سنین باروری و دوران شیردهی یکی از مصرف کنندگان مجاز این نوع مکمل دارویی تحت نظر پزشک هستند.

• مکمل دارویی برای تنظیم وزن و جبران کمبود یا ازدیاد آن

برخی مکمل ها برای افزایش وزن یا عضله سازی پیشنهاد می شوند. بسیاری از ورزشکاران در رشته های مختلف به ویژه بدن سازی مصرف کنندگان اصلی این نوع مکمل ها هستند. در مواردی نیز مکمل هایی برای بالا بردن سوخت و ساز در بدن و کاهش چربی پیشنهاد می شود که نقش کاهش دهنده وزن را ایفا می کنند.

لازم به یادآوری است کلیه این مواد باید با شناخت کافی درباره تاثیرات آنها در بدن یا تحت نظر مستقیم پزشک مورد استفاده قرار گیرند. در غیر این صورت می توانند منجر به عوارض جانبی ناخواسته و بروز مشکلات جدی در بدن شوند.

• مکمل های مولتی ویتامین یا ویتامین داروها

موارد زیادی برای مصرف مکمل های مولتی ویتامین وجود دارد که شامل کودکان، بانوان باردار، مادران شیرده و ورزشکاران را شامل می شود. این داروها با نام ویتامین داروی مکمل نیز شناخته می شوند.

• مواد معدنی مانند مکمل آهن برای پیشگیری و جبران کم خونی

قرص آهن سال هاست جای خود را بین مصرف انواع مکمل های دارویی در ایران باز کرده است.

این قرص در انواع مختلف برای استفاده نوزادان، کودکان و بانوان مورد استفاده قرار می گیرد.

ویژگی های مکمل های مولتی ویتامین و چند تذکر مهم!

مولتی ویتامین مینرال ترکیبی از انواع ویتامین هاست که برای عملکرد بهینه و زندگی سالم پیشنهاد می شود. بسیاری از مواد غذایی مورد نیاز بدن جهت کاربرد بهتر به زمینه ویتامین برای جذب نیاز دارند. همین دلیل باعث مصرف بالاتر این نوع ویتامین در جوامع پیشرفته نیز شده است.

با این وجود در صورت مصرف بی رویه یا حساب نشده مکمل دارویی، مشکلاتی نظیر مسمومیت و تداخل دارویی ایجاد می شود.

برای پیشگیری از بروز چنین مواردی توصیه می شود مصرف این نوع مکمل ها به طور مستقیم و دقیق، با نظارت پزشک مربوطه انجام شود. ضمناً پیشنهاد می شود تا حد امکان با مصرف انواع مواد غذایی در گروه های مختلف از بروز کمبود جلوگیری شده و مصرف مکمل دارویی تنها به موارد ناگزیر موقوف شود.

و در پایان...، سلامتی خود را با مکمل دارویی تکمیل کنید!

اگر به دلایل مختلف با کمبود برخی مواد در بدن روبرو هستید، مصرف برنامه ریزی شده مکمل های دارویی راه حلی معقول برای شما به شمار می آید.

وب سایت داروخانه آنلاین بانک دارو مرجعی مطمئن، معتبر و شناخته شده برای **تامین انواع مکمل دارویی** است. انواع ویتامین دارو مکمل را می توانید از این منبع تهیه نمایید. علاوه بر این موارد سایر ملزومات آرایشی و بهداشتی را نیز در بانک دارو خواهید یافت!

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره این نوع مکمل ها و دیگر **توصیه های بهداشتی** می توانید با تماس تلفنی یا از طریق ورود به سایت مجموعه داروخانه بانک دارو مشاوره بگیرید.

بانک دارو را به خاطر بسپارید و از خدمات آن بهره مند شوید!

منبع: بانک دارو