



Bio-C-Vitamin syreneutral, skånsom for maven

Hvad er Bio-C-Vitamin?

Bio-C-Vitamin er et registreret lægemiddel i kategorien: Stærke vitamin- og mineralpræparater. Det består af filmovertrukne tabletter, som indeholder 750 mg C-vitamin fra syreneutral calciumascorbat. Indikationen for brug af Bio-C-Vitamin er forebyggelse og behandling af C-vitamin-mangel. Bio-C-Vitamin kan enten tages i forbindelse med et måltid eller forskudt for måltider.

Graviditet

Bio-C-Vitamin kan anvendes af gravide og ammende.

Bivirkninger

Der er ingen kendte bivirkninger ved indtagelse af Bio-C-Vitamin.

Hvad er C-vitamin?

C-vitamins kemiske navn er ascorbinsyre, hvilket betyder: Syren der modvirker skørbug. C-vitamin er et vandopløseligt vitamin og en antioxidant, der indgår i intracellulære redoxsystemer, som neutraliserer reaktive oxygenforbindelser, de såkaldte frie radikaler. C-vitamin fungerer som co-faktor i forskellige enzymatiske processer. C-vitamin fordeler sig i kroppens vandfase, hvilket er alt det som ikke er fedtvæv og knogler. Hjernens koncentration af C-vitamin er 10 gange så høj som i blodet. Den højeste koncentration findes i hvide blod-

legemer og blodplader samt især i binyrer og hypofyse, testikler og æggestokke.

Pattedyr producerer selv C-vitamin

Næsten alle pattedyr kan selv producere C-vitamin efter behov i deres binyrer ved en enzymatisk omdannelse af glukose. Hos disse dyr fungerer C-vitamin som et hormon. Hos mennesker derimod indeholder genet for det C-vitamin-dannende enzym så mange mutationer, at vi ikke længere kan danne det, og derfor er helt afhængige af at C-vitaminet tilføres med kosten.

Øget behov

Menneskers for C-vitamin er øget i situationer med oxidativt stress, f.eks. ved større læsioner, forbrændinger og ved alvorlige betændelsestilstande. Behovet er endvidere let øget hos rygere.



Bio-C-Vitamin[†]

Deklaration

1 tablet indeholder:

Calciumascorbat svarende til:	
C-vitamin	750 mg
Calcium	85 mg

Dosering

Voksne: 1 tablet dagligt

Må ikke anvendes til børn under 2 år uden lægens anvisning.

Indhold

120 tabletter, syreneutrale.

Oral anvendelse.

Indikation

Forebyggelse og behandling af C-vitaminmangel.

Hjælpestoffer

Cellulose, mikrokrystallinsk,
Silica, kolloid vandfri,
Talcum, Hypromellose,
Magnesiumstearat
Titandioxid (E171)

Opbevaring

Opbevares utilgængeligt for børn.

Senest opdateret 16.08-2012

C-vitaminets egenskaber

C-vitamin er en vigtig antioxidant, der indgår i intracellulære redoxsystemer, men den nærmere virkningsmekanisme kendes ikke.

C-vitamin optages næsten fuldstændigt fra tarmen ved doser omkring 100 mg dagligt. Ved højere doser samt ved diarré nedsættes optagelsen.

C-vitamin vedligeholder enzymet propyl hydroxylase i sin aktive form, hvilket hjælper ved såkaldt hydroxylering af nyligt dannet bindevæv (kollagen). Mangeltilstanden skørbug skyldes netop utilstrækkelig hydroxylering af kollagen.

Hvor findes C-vitamin?

Gode naturlige kilder til C-vitamin omfatter fødevarer som:

- Hyben
- Peberfrugt
- Kål
- Acerola-frugt
- Grøntsager
- citrusfrugter

Interaktioner

Indtagelse af C-vitamin kan have indflydelse på virkningen af nogle lægemidler inklusive naturlægemidler



samt på føde. Ved samtidig indtagelse af deferoxamin (jernbindende middel) forøges effekten af dette. Større doser C-vitamin kan påvirke styringen af antikoagulationsbehandling. Det er dog langt fra samtlige lægemidlers mulige interaktion med C-vitamin, der er undersøgt. En oversigt over undersøgte interaktioner mellem Bio-C-Vitamin og lægemidler findes i den medfølgende indlægsseddel.

Kontraindikationer

C-vitamin øger kroppens jernoptagelse og bør derfor ikke anvendes af personer med jernophobnings sygdomme. Det bør heller ikke anvendes af personer med tendens til nyresten, med nedsat nyrefunktion eller mangel på enzymet glucose 6-phosphat dehydrogenase mangel.

Overdosering

Overdosering af C-vitamin forekommer sjældent, idet et eventuelt overskud af C-vitamin normalt vil udskilles med urinen. Indtager man mere end 2 gram C-vitamin dagligt, kan det i nogle tilfælde medføre en ufarlig, såkaldt osmotisk diarré. I nogle tilfælde ses desuden oppustethed og kvalme. Store doser C-vitamin kan forhøje oxalatindholdet i urinen hos personer med tilbøjelighed til hyperoxaluri, en sjælden tilstand, som kan øge risikoen for sten-dannelse i urinvejne.

Et eventuelt overskud af C-vitamin udskilles i urinen i uforandret tilstand og som oxalat. Overdosering behandles symptomatisk. Medicinsk kul og syreneutraliserende midler kan anvendes.

Ophør af store doser C-vitamin

Ophører man med at spise C-vitamin, efter at have indtaget store doser C-vitamin igennem længere tid, kan det give symptomer på C-vitaminmangel, et såkaldt rebound fænomen.

C-vitamin øger jernoptagelsen og bør derfor ikke anvendes af personer med jernophobningssygdomme. Bør ikke anvendes af personer med tendens til nyresten, med nedsat nyrefunktion eller glucose 6-phosphat dehydrogenasemangel. Bivirkninger: I sjældne tilfælde er der rapporteret diarré og fordøjelsesbesvær. Læs indlægssedlen omhyggeligt.