



## Bio-E-Vitamin

### Hvad er Bio-E-Vitamin?

Bio-E-Vitamin er et registreret lægemiddel i kategorien: Stærke vitamin- og mineralpræparater. Det består af klare, bløde gelatinekapsler med rensed sojaoilie og naturligt d-α-tocopherol i en mængde der svarer til 350 mg (525 I.E.) E-vitamin. Indikationen for brug af Bio-E-Vitamin er forebyggelse og behandling af E-vitaminmangel. For bedste optagelse bør Bio-E-vitamin indtages i forbindelse med et måltid.

### Graviditet

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

### Hvad er E-vitamin?

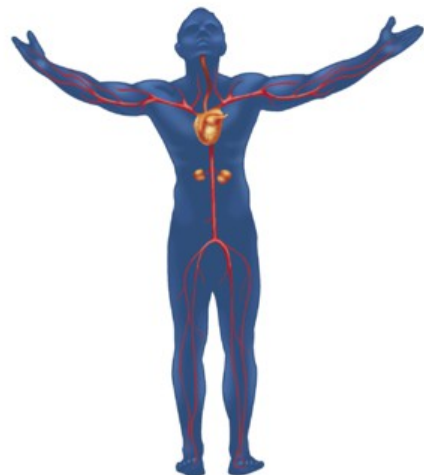
E-vitamin er et naturligt, fedtopløseligt vitamin af vegetabilsk oprindelse. E-vitamin udgøres af en gruppe fedtopløselige stoffer opdelt i tocoferoler og tocotrienoler. Det er overvejende i kostens fede del, man finder E-vitamin. Her udgør den største del af E-vitamin typerne alfa- og beta-tocopherol. Alfa-tocopherol regnes for den mest aktive form. I vitaminpiller findes E-vitamin ofte som enten dl-alfa-tocopherol eller d-alfa-tocopherol, hvor sidstnævnte er den naturidentiske form.

### Optagelse og virkninger af E-vitamin

E-vitamin optages i tyndtarmen sammen med fedtstof. Optagelsen er ikke fuldstændig. Ved indtagelse af store

doser aftager optagelsen. Personer med nedsat fedtoptagelse har også en nedsat optagelse af E-vitamin fra tarmen.

E-vitamin transporteres rundt i kroppen på samme måde som fedt, bundet til lipoproteiner, hvorefter det fordeles til de fleste væv. E-vitamins fysiologiske virkning menes at bero på dets virkning som anti-oxidant, hvorved forharskningen af umættede fede syrer hæmmes. E-vitamin beskytter endvidere A-vitamin mod nedbrydning. Behovet for E-vitamin står i forhold til indtagelse af flerumættede fedtsyrer.



 **Pharma Nord**

## Bio-E-Vitamin

### Deklaration

#### 1 kapsel indeholder:

E-vitamin (d- $\alpha$ -tocopherol)	350 mg
(svarende til 525 IU)	
Sojaolie	
Gelatine	
Glycerol	

### Dosering

Voksne: 1 kapsel dagligt

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

### Indhold

60 / 150 kapsler

Oral anvendelse.

### Indikation

Stærkt vitaminpræparat til forebyggelse og behandling af E-vitaminmangel

### Opbevaring

Må ikke opbevares ved over 25° C.  
Opbevares i ydre karton.  
Opbevares utilgængeligt for børn.

Læs indlægssedlen omhyggeligt.

Senest opdateret 16.11-2011

### Milligram og internationale enheder

E-vitamin måles både i milligram (mg) og i internationale enheder (I.E.)

1 mg d- $\alpha$ -tocopherol = 1,49 I.E.

### Bivirkninger

Svimmelhed, hovedpine, træthed og svaghed kan forekomme ved lang tids brug af doser over 400-800 I.E. Sløret syn er sat i forbindelse med lang tids brug af doser over 400-800 I.E.

### Hvor findes E-vitamin?

E-vitamin findes overvejende i vegetabiliske fødevarer. Lever indeholder dog en del E-vitamin. Andre naturlige kilder til E-vitamin omfatter fødevarer som:

- Fedtstoffer
- Æg
- Fede fisk
- Kornprodukter
- Ost
- Mælk

E-vitamin i madvarer taber effekt, når de dybfryses.



### Interaktioner

Vær særlig opmærksom ved indtagelse af E-Vitamin sammen med blodfortyndende medicin, da E-vitamin muligvis forstærker virkningen af den blodfortyndende behandling. Bio-E-Vitamin kan øge blødningstiden og bør derfor ikke indtages 2 uger før og 2 uger efter operation.

Stoffet Tetrahydrolipstatin (Orlistat) nedsætter optagelsen af E-vitamin.

Samtidig behandling med ciclosporin og antioxidanter (f.eks. højdosis af vitamin C og E kan nedsætte indhold i plasma af ciclosporin, hvorfor plasmakoncentrationen af ciclosporin bør følges.

### Overdosering

Overdosering af E-vitamin kan nedføre diarré, mavesmerter og andre symptomer fra mave-tarmkanalen. Der kan være en øget risiko for blødning ved samtidig behandling med blodfortyndende præparater eller ved mangel på K-vitamin.

### Kontraindikationer

Bio-E-Vitamin bør ikke anvendes ved K-vitaminmangeltilstande. Bør ikke indtages ved allergi overfor jordnødder (peanut), soja eller overfor det aktive stof eller overfor et eller flere af hjælpestofferne.

### Udskillelse af E-vitamin

E-vitamin udskilles sandsynligvis gennem galden og herefter videre med afføringen. E-vitamin kan passere over i modermælken, men passerer kun vanskeligt over i moderkagen.