

كابتافر

مفيد في الحاجات الوظيفية المتزايدة ولتكميل الأغذية الناقصة.

الحديد والتغذية

يعتبر الحديد عنصراً أساسياً، وهو يلعب دوراً حيوياً في حياة الإنسان. ومن أكثر تبعات نقص الحديد شيوعاً التعب والضعف. ومن الشائع أن يتسبب الغذاء غير المتوازن أو الصعوبات في امتصاص الحديد في إحداث نقص في الحديد، خصوصاً لدى بعض الفئات مثل النساء في سن الخصوبة، بسبب الدورة الشهرية، والأطفال وكبار السن. يوجد الحديد بشكل طبيعي في معظم الأطعمة، ويتناسب محتواه عادة مع المحتوى الحراري للغذاء. ومن المعروف جيداً، كذلك، أن مشكلة نقص الحديد قد تنشأ بسبب أن كمية ضئيلة فقط من الحديد يتم امتصاصها، وأن الامتصاص يتناسب مع المحتوى الغذائي. يمتص الإنسان الحديد الموجود في الطعام ذي المصدر الحيواني (اللحم والسّمك) بسهولة، بينما الحديد الموجود في الحبوب والخضار والفاكهة، لا يتم امتصاصه إلا بكمية قليلة جداً.

ما هو كابتافر؟

هو عبارة عن مكمل غذائي بتركيبة خاصة، مكون من غسروف سمك البحر المحلل مائياً، فيتامين سي، فيتامين إي، زنك، نحاس، حامض الفوليك، مفيد في حالة ازدياد الحاجات الوظيفية لهذه العناصر، ولتعويضها من الأطعمة المفتقرة إليها. يستطيع كابتافر أن يكمل المصدر الغذائي، وبالأذات عنصر الحديد، جاعلاً من امتصاصه الوظيفي من الطعام أكثر سهولة. لا يحتوي كابتافر الحديد، لهذا فهو خال من جميع الآثار السيئة الخاصة بمكملات الحديد التي تعطى عن طريق الفم. ولتأكيد فعالية كابتافر، يجب أن يكون الطعام محتوياً الحديد بشكل طبيعي. ينصح أيضاً، بتناول كابتافر في حالة ازدياد الحاجة لحامض الفوليك، خلال فترة الحمل مثلاً. وبفضل مفعولة المضاد للتأكسد، يمكن استخدام كابتافر لإبطال المفعول المؤذي للجذور الحرة.

الجرعة

حبة واحدة يومياً قبل الوجبة الرئيسية أو حسب تعليمات الطبيب.

المكونات

غسروف سمك البحر المحلل مائياً، عوامل تثبيت: ميكرو كريستالين سليولوز؛ جلوكونات الزنك، فيتامين سي، فيتامين إي، نشا ومادة مالتودكسترين الذرة كمدعم، عوامل مانعة للتكتل: سترات المغنيسيوم النباتية، ثاني أكسيد السيليكا؛ جلوكونات النحاس، عوامل مغلفة: هايدروكسي بروبيل ميثيل سليولوز، ميكرو كريستالين سليولوز، حامض الستريك؛ ألوان: E171، نكهة: برتقال (يحتوي علكة عربية، B.H.A، دكستروز ومالتودكسترين).

المعلومات الغذائية	لكل حبة	الموصى به يومياً	%	لكل 100 غرام
طاقة	1.45 كيلو كالوري 6.14 كيلو جول			177 كيلو كالوري 746 كيلو جول
بروتينات	0.17 غرام			21.63 غرام
كاربوهيدرات	0.11 غرام			14.23 غرام
دهون	0.03 غرام			3.68 غرام
فيتامين سي	45 مليغرام	80	112.5	5.62 غرام
فيتامين إي	15 مليغرام	12	250	1.87 غرام
حامض الفوليك	100 مايكروغرام	200	100	0.0125 غرام
زنك	7.5 مليغرام	10	150	0.93 غرام
نحاس	0.6 مليغرام	1	120	0.06 غرام
غسروف سمك البحر المحلل مائياً	400 ملغرام			50.0 غرام

لا يمكن اعتبار المكملات الفموية بديلاً عن الغذاء المتوازن.

الإحتياطات

يحفظ تحت درجة حرارة 30°، بعيداً عن متناول الأطفال. تجنب تعريضه لمصادر حرارية مركزة أو لأشعة الشمس. تجنب تعرضه للماء. يعود تاريخ الصلاحية إلى المنتج السليم المحفوظ وفقاً للتعليمات.