

# D-VIT

## D-Vit Vitamin D3 supplement

For infants and children according to well-baby clinic instructions

For adults to aid in strengthening bone and to prevent up to 30% of osteoporotic fractures

### What is osteoporosis?

Research studies have determined that 50% of women and 20% of men over the age of 50 will suffer an osteoporotic fracture

Osteoporosis (bone depletion) is a process of loss of bone mass that can lead to weakening of the bones to the point of fracture. Accelerated loss of bone mass occurs mainly among women in their 50s. This is postmenopausal osteoporosis manifested by an increased risk of fractures that can even occur as a result of minor injuries.

The factors that aid in maintaining bone mass are: a genetic tendency, normal hormonal balance, physical activity, and a diet rich in calcium and vitamin D. It has been proven scientifically that taking vitamin D resulted in a significant reduction of approximately 30% in the risk for osteoporotic fractures.

### Special groups that are included in the risk group for osteoporosis

Patients receiving anticonvulsants, dark-skinned people, those that are not exposed to sunlight, reduced or poor absorption of fats in the digestive system and, with it, a decrease in vitamins.

### Recent news about aiding in the treatment of osteoporosis

#### Vitamin D3 for prevention of fractures

Vitamin D is produced in our body upon exposure to sunlight. Vitamin D assists in the absorption of calcium, and thereby also in the strengthening of bone. Despite living in a sunny country, studies in Israel have shown that in many cases the exposure to sun is not sufficient for us to produce an adequate amount of vitamin D. In many countries it is customary to add vitamin D to various food products, and it has been proven by research\* that taking vitamin D (even without calcium) resulted in a significant reduction of approximately 30% in the risk for osteoporotic fractures.

#### Vitamin D in infants

The Public Health Services recommend giving vitamin D3 in a uniform dosage of 400 international units to all infants.

- Nutritional supplement: Pregnant women, breastfeeding women, children and those taking prescription medicines - consult a physician.
- This insert is not a substitute for consulting a physician when necessary and does not constitute a medical recommendation.

Breastfed infants should already receive the vitamin dose in the first days of their life until the end of their first year. In infants, too, vitamin D aids in the absorption of calcium from the intestine and in the building of bone. A deficiency of this vitamin causes harm to bone strength, the teeth and to an increased risk of fractures and rickets in children and even harm to the immune system.

In the first year of life, the infant develops rapidly and triples his weight. The mother's breast milk, which provides most of the minerals and vitamins, does not provide vitamin D at the recommended level and therefore it must be added to the infant's diet.

### High safety profile and minimal side effects

#### The D-Vit brand includes vitamin D3 tablets and drops

Vitamin D3 is the natural form of the vitamin produced in our body. Vitamin D3 has a high safety profile and minimal side effects.

#### It is available in three forms for your convenience:

- Tablets containing 400 IU of vitamin D3.
- Drops containing 200 IU of vitamin D3 in a fatty base.
- Drops containing 400 IU of vitamin D3 in a fatty base.

#### Instructions for use:

Unless otherwise instructed by the doctor, the recommended dose is:

#### Adults:

One tablet daily or two drops of D-Vit 200 daily, or one drop of D-Vit 400 after a meal.

#### Infants:

From the first days of life until one year of age give the infant two drops of D-Vit 200 daily or one drop of D-Vit 400.

- It is recommended to drip the required dosage of D-Vit drops into a teaspoon so as not to exceed the recommended dose.
- Can be given with food.

\* Reference: Bischoff-Ferrari HA et al (2005) Fracture prevention with vitamin D supplementation. A meta-analysis of randomized controlled trials JAMA 293:2257-2264.



# די-ויט

## די-ויט תוספת ויטמין D3

לתינוקות וילדים על-פי הנחיית טיפות חלב

למבוגרים לסיוע בחיזוק העצם ולמניעה של עד 30% מהשברים האוסטאופורוטיים

הראשונה לחיים. גם בתינוקות ויטמין D עוזר לספיגת הסיידן מהמעיים ובניית העצם. חוסר בוויטמין זה גורם לפגיעה בחוזק העצם, השיינים וליסיון מוגבר לשברים ולרככת בילדים ואף פגיעה במערכת החיסון. בשנה הראשונה לחייו, מתפתח התינוק במהירות ומשלב את משקלו. חלב האם המספק את רוב המינרלים והוויטמינים, אינו מספק ויטמין D ברמה המומלצת ולכן יש להוסיפו לתזונת התינוק.

**פרופיל בטיחותי גבוה ותופעות לוואי מינימליות**

**מונתג די-ויט מכיל טבליות וטיפות של ויטמין D3**

ויטמין D3, זוהי צורתו הטבעית של הוויטמין המיוצר בגופנו. ויטמין D3 הנו בעל פרופיל בטיחותי גבוה ותופעות לוואי מינימליות.

**לנחותכם שלוש צורות הגשה:**

- טבליות המכילות 400 יב"ל ויטמין D3.
- טיפות המכילות 200 יב"ל ויטמין D3 בסביבה שומנית.
- טיפות המכילות 400 יב"ל ויטמין D3 בסביבה שומנית.

**הוראות שימוש:**

בהיעדר הנחיה אחרת מרופא, המינון המומלץ הוא:

**מבוגרים:**

טבליה אחת ליום או שתי טיפות די-ויט 200 ליום, או טיפה אחת די-ויט 400 **לאחר הארוחה.**

**תינוקות:**

מהימים הראשונים לחייו עד גיל שנה יש לתת לתינוק שתי טיפות **ליום** די-ויט 200 או טיפה אחת די-ויט 400.

- **מומלץ להזליף את המינון הרצוי של די-ויט טיפות לכפית על מנת לא לעבור על הכמות המומלצת.**
- **ניתן לתת עם מזון.**

**מה אוסטאופורוזיס?**

מחקרים קובעים ש-50% מהנשים ו-20% מהגברים מעל גיל 50 יסבלו משר אוסטאופורוזיס

אוסטאופורוזיס (דלדול העצם) הוא תהליך של אובדן מסת העצם, היכול להוביל להיחלשות העצם עד כדי שבר. תהליך מואץ של אובדן מסת העצם מתרחש בעיקר בקרב נשים בשנות ה-50 לחייהן. זהו אוסטאופורוזיס של גיל המעבר המתבטא בסיכון מוגבר לשברים, העלולים להיגרם אפילו מחבלות מזעריות.

הגורמים המסייעים בשמירת מסת העצם הם נטייה גנטית, מאזן הורמונלי תקין, פעילות גופנית, ותזונה עשירה בסיידן ובוויטמין D. הוכח מחקרית, שנטילת ויטמין D השיגה ירידה משמעותית של כ-30% בסיכון לשברים אוסטאופורוטיים.

**קבוצות מיוחדות הנמצאות בקבוצת סיכון לאוסטאופורוזיס**

חולים המקבלים תרופות נוגדות עוויות (פרוסים), אנשים כתי עור, אלו שאינם חשופים לשמש, ירידה או תת ספיגה של שומנים במערכת העיכול ועמה ירידה בוויטמינים.

**בשורה חדשה לסיוע בטיפול באוסטאופורוזיס**

**ויטמין D3 למניעת שברים**

ויטמין D מיוצר בגופנו עם החשיפה לאור השמש. ויטמין D מסייע לספיגת סיידן, ולפיכך גם לחיזוק העצם. למרות שאנו חיים במדינה שטופת שמש, מחקרים בישראל הראו כי במקרים רבים החשיפה לשמש אינה מספקת כדי שניצור מספיק ויטמין D. במדינות רבות נהוג להוסיף ויטמין D למוצרי מזון שונים, והוכח מחקרית\*, שנטילת ויטמין D (גם ללא סיידן), השיגה ירידה משמעותית של כ-30% בסיכון לשברים אוסטאופורוטיים.

**ויטמין D בתינוקות**

שירותי בריאות הציבור ממליצים על מתן ויטמין D3 במינון אחיד של 400 יחידות בינלאומיות לכלל התינוקות.

תינוקות יונקים אמורים לקבל את מנת הוויטמין כבר מהימים הראשונים לחייהם עד תום השנה

- תוסף תזונה: נשים בהריון, נשים מניקות, ילדים והנוטלים תרופות מרשם-יש להיוועץ ברופא.
- על זון אינו מחליף פנייה לרופא בעת הצורך ואינו מהווה המלצה רפואית.

\* Reference: Bischoff-Ferrari HA et al (2005) Fracture prevention with vitamin D supplementation. A meta-analysis of randomized controlled trials JAMA 293:2257-2264.

