

BLACKMORES BIO E 500 CAPSULE

Vitamin E (500 IU)

Apakah yang ada pada risalah ini

1. Apa kegunaan *Blackmores Bio E 500*
2. Bagaimana *Blackmores Bio E 500* berfungsi
3. Sebelum mengambil *Blackmores Bio E 500*
4. Cara mengambil *Blackmores Bio E 500*
5. Semasa mengambil produk ini
6. Kesan-kesan sampingan
7. Cara penyimpanan dan pelupusan *Blackmores Bio E 500*
8. Maklumat lanjut
9. Pengilang dan Pemegang pendaftaran produk
10. Tarikh kemaskini RiMUP

Apa kegunaan *Blackmores Bio E 500*

Blackmores Bio E 500 membekalkan vitamin E semulajadi bagi mereka yang mengalami masalah kekurangan vitamin E. Produk ini kekal lebih lama dan aktif di dalam badan berbanding dengan vitamin E sintetik.

Bagaimana *Blackmores Bio E 500* berfungsi

Vitamin E adalah antioksidan semula jadi yang berfungsi mengatasi radikal bebas. Vitamin E adalah antioksidan yang menukar radikal bebas kepada bentuk yang kurang reaktif serta tidak merbahaya. Seterusnya ia akan mengurangkan kerosakan yang disebabkan oleh radikal bebas terhadap sel manusia.

Sebelum mengambil *Blackmores Bio E 500*

- *Bila tidak boleh mengambil*

Jika anda alah terhadap vitamin E atau sebarang bahan kandungan produk ini. Sila rujuk kepada seksyen 'Maklumat lanjut' dalam risalah ini untuk senarai ramuan-ramuan produk ini.

Antara gejala-gejala tindakbalas alahan termasuk:

- Kesukaran bernafas
- Bengkak pada muka dan tekak
- Ruam kulit
- Kulit gatal

Jangan guna produk ini jika anda hamil atau menyusu anak.

Jangan mengambil produk ini selepas tarikh luput yang tertera pada bungkusan atau sekiranya bungkusan telah koyak atau ada tanda-tanda telah dibuka.

- *Sebelum mula mengambil*

Sila maklumkan doktor atau ahli farmasi anda:

- Jika anda mengalami penyakit jantung dan salur darah.
- Jika anda hamil atau menyusu anak.

- *Jika mengambil ubat-ubat lain*

- Maklumkan doktor dan ahli farmasi anda jika anda mengambil sebarang ubat-ubatan lain, termasuk ubat-ubatan yang anda beli tanpa preskripsi dari farmasi, pasar raya ataupun kedai makanan kesihatan.

- Seseengah ubat-ubatan mungkin mengubah penyerapan Vitamin E dalam tubuh. Ubat-ubatan demikian termasuk:

- Cholestyramine, colestipol (ubat untuk kolesterol darah tinggi)
- Orlistat (ubat untuk obesiti)

- Dos vitamin E yang tinggi kadang-kala mungkin meningkatkan kesan oral antikoagulan (ubat mencegah pembekuan darah)

Cara mengambil *Blackmores Bio E 500*

- *Berapa banyak harus diambil*

Dewasa: 1 biji sehari

Kanak-kanak (di bawah 12 tahun): Tidak disyorkan.

- *Bila perlu diambil*

Ambil produk ini bersama makanan atau menurut arahan profesional.

- *Berapa lama perlu diambil*

Pastikan anda mengambil *Blackmores Bio E 500* selagi dinasihatkan oleh doktor atau ahli farmasi anda.

- *Jika terlupa mengambil*

Jangan gantikan dos untuk menggantikan dos yang terlupa makan tetapi teruskan dengan dos yang berikutnya mengikut jadual pengambilan *Blackmores Bio E 500* seperti yang dinyatakan di dalam risalah ini.

- *Jika mengambil berlebihan (terlebih dos)*

Jika anda mengambil lebih daripada dos yang disyorkan, hubungi doktor atau ahli farmasi anda dan bawa bersama risalah ini.

Didapati risiko kesan sampingan akibat daripada pengambilan vitamin E berlebihan secara sekaligus adalah sangat rendah.

Dos berlebihan mungkin menyebabkan cirit-birit, sakit perut dan gangguan gastrousus yang lain, dan juga dilaporkan menyebabkan penglihatan kabur, pening, keletihan dan kelemahan. Walau bagaimanapun, tiada laporan kesan yang tetap diperhatikan atau dicatat dalam kajian klinikal terkawal.

Pengambilan dos vitamin E yang tinggi untuk jangka masa yang panjang dilaporkan mengakibatkan kecenderungan pendarahan di kalangan individu mengalami masalah kekurangan vitamin K seperti individu yang mengambil oral antikoagulan atau hormon estrogen.

Semasa mengambil produk ini

- *Perkara yang perlu dilakukan*

Dapatkan nasihat doktor atau ahli farmasi anda sebelum mengambil sebarang ubat-ubatan.

Ambil *Blackmores Bio E 500* seperti dinyatakan di dalam risalah ini.

Jika anda bercadang memulakan rawatan ubat baru, sila maklumkan doktor, doktor

gigi atau ahli farmasi anda bahawa anda mengambil Blackmores Bio E 500.

Jika anda mengalami sebarang masalah ketika mengambil *Blackmores Bio E 500*, bincang dengan doktor atau ahli farmasi anda secepat mungkin, walaupun anda fikir masalah-masalah demikian tidak berkaitan dengan ubat atau tidak disenaraikan di dalam risalah ini.

- Perkara yang tidak boleh dilakukan

Jangan mengambil produk ini untuk merawat masalah lain kecuali atas arahan doktor anda.

Jangan beri produk ini kepada orang lain walaupun mereka mengalami masalah yang serupa seperti anda.

- Perkara yang perlu diberi perhatian

Jika berasa pening atau letih atau mengalami penglihatan kabur, jangan memandu atau mengendalikan jentera.

Kesan-kesan sampingan

Beritahu doktor atau ahli farmasi anda serta merta jika anda merasa tidak sihat semasa mengambil *Blackmores Bio E 500*.

Kesemua ubat-ubatan mempunyai kesan sampingan. Kadang-kala kesan-kesan sampingan sangat serius, tetapi pada kebanyakan masanya kesan-kesan sampingan adalah tidak serius. Anda mungkin perlu rawatan perubatan jika anda mengalami kesan-kesan sampingan.

Tanya doktor atau ahli farmasi anda untuk menjawab sebarang persoalan yang anda ada.

Jika anda mengalami salah satu kesan sampingan selepas mengambil *Blackmores Bio E 500*, segera BERHENTI mengambil produk ini dan maklumkan doktor anda dengan segera.

Anda boleh melaporkan sebarang kesan sampingan atau kesan advers ubat kepada Pusat Pemantauan Kesan Advers Ubat Kebangsaan melalui laman web nptra.gov.my [*Consumers → Reporting Side Effects to Medicines (ConSERF) or Vaccines (AEFI)*].

**Cara penyimpanan dan pelupusan
*Blackmores Bio E 500***

- Penyimpanan

Simpan di tempat yang kering, jauh dari cahaya matahari, di bawah suhu 30°C.

Jangan simpan sebarang ubat-ubatan di dalam bilik mandi atau berhampiran sinki.

Jangan letak ubat di dalam kereta atau di ambang tingkap.

Haba dan kelembapan boleh memusnahkan sesetengah ubat-ubatan.

Jauhi daripada kanak-kanak.

Almari berkunci tidak kurang daripada satu setengah meter daripada lantai adalah tempat yang baik untuk menyimpan ubat.

- Pelupusan

Ubat tidak harus dilupuskan melalui air buangan atau sisa isi rumah. Dapatkan maklumat daripada ahli farmasi anda mengenai cara yang betul untuk melupuskan ubat-ubatan yang tidak diperlukan lagi. Langkah-langkah ini dapat membantu melindungi alam sekitar.

Maklumat lanjut

- Rupa dan warna produk

Blackmores Bio E 500 adalah kapsul gelatin jernih yang lembut tanpa cetakan dan berbentuk segiempat bujur.

- Bahan-bahan kandungan

- Bahan aktif:

- Vitamin E (sumber semulajadi) 500IU bersamaan dengan 335mg d-alpha-tocopherol

- Bahan tidak aktif:

- Soya oil
- Gelatin
- Glycerol
- Water-purified

Gelatin dalam sarung gel lembut adalah daripada sumber lembu.

- Nombor MAL

MAL20000314XCR

Pengilang

Pengilang kontrak untuk Blackmores: Catalent Australia Pty Ltd, 217-221 Governor Road, Braeside VIC 3195 Australia.

Dibungkus oleh: Blackmores Ltd, 20 Jubilee Avenue, Warriewood NSW 2102 Australia.

Pemegang pendaftaran produk

Blackmores (Malaysia) Sdn Bhd, Unit No. 7-05-01, Level 5, Tower 7, UOA Business Park, No. 1, Jalan Pengaturcara U1/51A, Section U1, 40150 Shah Alam, Selangor, Malaysia.

Tarikh kemaskini RiMUP

- 18/08/2020

Nombor Siri

NPRA(R4/1)100420/00061