

در این شماره می‌خوانیم:

- پیام نوروزی دکتر مجید محمد حسینی:
- مدیر گروه دارویی کیش مدیفارم
- گفت‌وگو با دکتر سید وحید موسوی در خصوص دیابت
- نقش مکمل درمانی در استرس اکسیداتیو و ناباروری مردان
- وضعیت تغذیه در بیماران مبتلا به سوء مصرف الکل
- مسئولیت اجتماعی برند سوپر ابیون

خبرنامه

سوپرانیوز

SupraNews

بهار ۱۴۰۱ - شماره چهارم

SupraNews Newsletter/MARCH - APRIL 2022 /No.4





KMP
KISHMEDIPHARM
Caring your health

شرکت داروسازی
کیش مدیفارم

سپاهیان خانی



دکتر محمد محمد حسینی

KMP
KISHMEDIPHARM
Caring your health
شرکت داروسازی کیش مدیفارم

مدیر گروه دارویی کیش مدیفارم

بوی باران، بوی سبز، بوی خاک
شانه‌های شسته، باران خورده، پاک
آسمان آبی و ابر سپید، برگ‌های سبز
عطر نرگس، رقص باد، نغمه شوق پرستوهای شاد
خلوت گرم کبوترهای مست، نرم‌نوک مرسیانک بهار
خوش به حال روزگار

بهاری دیگر و آغازی دیگر به استقبال نوروز می‌رویم
با کوله‌باری از تجربه، استقامت در برابر دیو ساختگی بیماری، دو
سال پیش در تکاپوی خانه‌تکانی عید بودیم که خبر هجومش رسید.
سراسیمه، عزیزانمان را در آغوش گرفتیم به خانه‌هامان پناه بردیم.
و ترس ما، آن را وحشت آورتر می‌کرد و بر زندگی‌مان بر بیماران و
سالخوردگانمان ترسیدیم. بیماری به ظاهر ناشناخته بود، گرد مرگ و
تنهایی می‌پاشید، چاره کار چه بود؟ باید مردانه پا در میدان آگاهی و
عمل می‌گذاشتیم، باید رنج می‌بردیم، صبر می‌کردیم و «حماسه»
می‌آفریدیم. یک ایران در خطر بود! پیش قراولان سلامت، جان
برکف، بر دیو تاختند.
دو سال گذشت...

و اکنون ما بر خود می‌بالیم که با عنوان «گروه دارویی کیش مدیفارم» از
آنان بوده و هستیم و امید آن داریم که کمافی‌السابق با تمام توان
در خدمت خلق بوده و باشیم و خداوند منان یش از پیش ما را در
این مسیر پرپیچ و خم یاری فرماید.

نوروز پیروز!



فرو کامپلیٹ®
مکمل سلامتی شما





اهمیت مراقبت از دیابت و پیش دیابت

دکتر سید وحید موسوی
فوق تخصص غدد و متابولیسم

چرا دیابت را درمان می‌کنیم؟

دیابت در دراز مدت عروق بدن رو درگیر می‌کند (عروق کوچک و عروق بزرگ).
دیابت عوارض میکروواسکولار (درگیری عروق کوچک) به وجود می‌آورد، مانند درگیری چشم (رتینوپاتی)، کلیه (نفروپاتی)، اعصاب کوچک (نوروپاتی). دیابت عوارض ماکرو واسکولار نیز دارد و عروق بزرگ را درگیر می‌کند مثل بیماری عروق کرونر، بیماری‌های عروق مغز.
معمولا باید ۵ سال از شروع دیابت گذشته باشد تا این عوارض شروع شوند. در دیابت تیپ ۲ چون فرد دقیق نمی‌داند بیماری چه زمانی شروع شده است، این عوارض در مرحله اولیه بروز می‌کند.

دیابت یکی از مهمترین بیماری‌های مزمن بشر است. جالب است بدانید که آخرین آمار ابتلا مردم دنیا به دیابت چیزی حدود ۴۲۰ تا ۴۵۰ میلیون نفر است که اگر دیابتی‌ها دور هم جمع شوند سومین کشور پر جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند. آمار کلی دیابت حدود ۸ تا ۹ درصد است. در ایران متأسفانه این آمار بیشتر است (بین ۱۰ تا ۱۱ درصد از افراد بالای ۲۰ سال جامعه یعنی حدود پنج تا پنج و نیم میلیون نفر).
حدود ۱۵ درصد از افراد جامعه در مرحله پیش دیابت هستند و نیمی از افراد دیابتی دنیا نمی‌دانند که دیابت دارند. در ایران نیز ۲۵ درصد از افراد از ابتلا خودشان به دیابت اطلاع ندارند.

برخی از عوامل وجود دارند که روند بیماری را تشدید می‌کنند. مثلاً فردی که سیگار می‌کشد مرحله پیش دیابت رو به مرحله دیابت تسریع می‌کند.

چه چیز در دیابت از همه مهمتر است؟

آموزش به فرد دیابتی، یعنی آگاهی بخشی به فرد دیابتی که در واقع چه بیماری دارد، با چه مشکلاتی روبرو است و قرار است با این مشکل چگونه مقابله کند.

بیماری دیابت مانند بیماریهای عفونی یا آپاندیس نیست که با دارو و یا جراحی بهبودی کامل پیدا کند. فرد باید بداند این بیماری یک بیماری پیشرونده است و تمام عمر با این بیماری درگیر خواهد بود. این بیماری به خودی خود بهبود نمی‌یابد و حتی بدتر نیز خواهد شد. باید کنار درمان و آموزش این روند کند شود، اگر این اتفاق بیافتد یعنی موفقیت حاصل شده است.

وضعیت کووید-۱۹ در بیماران دیابتی چگونه است؟

در حال حاضر دنیا درگیر بیماری کووید-۱۹ است. در دوران بیماری شدید از جمله کووید-۱۹ کورتیزول خون بالا می‌رود و بصورت مقطعی می‌تواند قند را بالا ببرد. هنگامی که یکی از مدالیت‌های درمان گلوکوکورتیکوئید باشد مثل هیدروکورتیزون، دگزامتازون و یا متیل تیروزین، قند خون فرد مخصوصاً در شرایط آی سی یو بسیار بالا می‌رود (بالای ۲۰۰ الی ۵۰۰).

کنترل قند یکی از مهمترین فاکتورهای درمان کووید-۱۹ است. حتی قند خون افرادی که دیابت و یا پیش دیابت ندارند هم در این دوران افزایش پیدا می‌کند. ممکن است دیابت در تعداد زیادی از این افراد بعد از کووید نیز باقی بماند و باید در دراز مدت کنترل شود. هایپرگلاسمی (افزایش قند خون) در دوران کووید ممکن است شرایط را بدتر کند، فرد بیشتر در آی سی یو بماند و کنترل بیماری او به تأخیر بیافتد.



محیا سامت
کارشناس تغذیه



مکمل درمانی چه نقشی در استرس اکسیداتیو و ناباروری مردان دارد؟

خلاصه‌ای از مقاله‌های: Oxidative stress and male infertility: current knowledge of pathophysiology and role of antioxidant therapy in disease management Cell Mol Life Sci. 2020 Jan;113-93:(1)77. doi: 10.1007/s8-03253-019-00018. Cent European J Urol. 7-60:(1)66;2013. doi: 10.5173/cej.2013.01.art19. The role of oxidative stress and antioxidants in male fertility

نه تنها این مواد بلکه **روی** (زینک) و **مس** در بین املاح ضروری، نقش مهمی در شکل آنزیم‌های اسپرماتوژنز (فرایند تولید اسپرم) دارند. **آسکوربیک اسید** (Vit C) از دیگر ویتامین‌های محلول در آب است که نقش اساسی در کاهش استرس اکسیداتیو دارد. اثر این ویتامین به عنوان آنتی‌اکسیدان طبق مشاهده ثابت شده است. به ویژه مصرف هر دو مکمل ویتامین C و ویتامین E به طور همزمان اکسیداسیون اسپرم را در مردان سیگاری کاهش می‌دهد.

استرس اکسیداتیو به معنای نبود تعادل بین رادیکال‌های آزاد و آنتی‌اکسیدان‌ها در بدن است. رادیکال‌های آزاد، مولکول‌هایی حاوی اکسیژن همراه با تعداد ناموزون الکترون‌ها هستند که این ناموزون بودن تعداد الکترون‌ها باعث می‌شود که به راحتی با هر نوع مولکولی واکنش نشان دهند. آنتی‌اکسیدان‌ها مولکول‌هایی هستند که می‌توانند بدون ایجاد ناپایداری در ساختار خود، الکترون‌هایشان را به رادیکال‌های آزاد اهدا کنند. این عمل باعث ثبات وضعیت رادیکال‌های آزاد می‌شود؛ در نتیجه میزان و تعداد واکنش‌های انجام شده را کاهش می‌دهد.

ناباروری معضلی فراگیر است و حدود ۱۵ درصد زوج‌ها در سراسر دنیا به آن دچار هستند. علت حدود نیمی از این آمار به مردان باز میگردد. از دلایل اصلی عقیم شدن در مردان می‌توان به استرس اکسیداتیو اشاره کرد. در این نوع استرس بدن از نظر تولید رادیکال‌های آزاد (گونه‌های فعال اکسیژن) و در مقابل آن آنتی‌اکسیدان‌ها به عدم تعادل می‌رسد. مقدار اندک رادیکال‌های آزاد در بدن برای عملکرد فیزیولوژیک اسپرم مردان لازم است اما افزایش آن می‌تواند از طرق مختلف مانند پرواکسیداز چربی، آسیب به DNA و تخریب آنزیم‌ها باعث ناباروری شود. معمولاً استرس اکسیداتیو در طول زمان و با سبک زندگی نادرست به وجود می‌آید. در نتیجه تغییر سبک زندگی و رژیم غذایی می‌تواند باعث پیشگیری و درمان این نوع استرس‌ها و پیامدهای پس از آن شود. دریافت آنتی‌اکسیدان‌ها از طریق مکمل و دارو می‌تواند راهکاری باشد برای مقابله با انواع استرس‌های اکسیداتیو پس می‌توان از این طریق آمار ناباروری در مردان را کاهش داد.

انواع آنتی‌اکسیدان‌های مؤثر برای کاهش استرس اکسیداتیو:

کاروتینوئیدها در بدن انسان بخشی از سیستم دفاعی آنتی‌اکسیدانی هستند که معمولاً در سبزیجات و میوه‌های زرد، قرمز، نارنجی و صورتی رنگ وجود دارند. ویتامین E از دیگر ویتامین‌های مهم در فرایند آنتی‌اکسیدان است. براساس تحقیقات مکمل‌های حاوی ویتامین E باعث کاهش مرگ سلول‌های اسپرم مردان می‌شود و از ناباروری مردان جلوگیری می‌کند. همچنین **سلنیوم** به عنوان ماده‌ی معدنی مورد نیاز بدن در کنار **ویتامین E** می‌تواند اثر آنتی‌اکسیداتیو این ویتامین را چند برابر کند.





سمیه غلامرضایی
کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

وضعیت تغذیه در بیماران مبتلا به سوء مصرف الکل

خلاصه‌ای از مقاله:

Nutritional status in patients with sustained heavy alcohol use -2021 UPTODATE

مصرف مفرط الکل یکی از مسائل بسیار شایع می‌باشد. مصرف حاد و مزمن الکل از طریق کاهش کالری دریافتی از غذای روزانه، اختلال در هضم و جذب مواد مغذی، کاهش سنتز و ترشح پروتئین، افزایش سوخت پروتئین روده‌ای، و افزایش دفع مواد مغذی می‌تواند موجب سوءتغذیه شود. باید توجه داشت که افرادی که به مقدار متعادل الکل مصرف می‌کنند (تا ۲۰ گرم در روز) معمولاً جذب کالری غذای مصرفی آنها کاهش نمی‌یابد.

اثر الکل بر متابولیسم ریزمغذیها

سوء تغذیه کالری-پروتئین

سوء تغذیه کالری-پروتئین ابتدا در بیمارانی اتفاق می‌افتد که مبتلا به بیماری کبدی پیشرفته می‌باشند (۸ تا ۳۰ درصد) و بویژه در افرادی که بر اثر تخریب کبدی ناشی از مصرف الکل بستری شده‌اند. فقر تیامین، فولیک اسید، آهن، و ویتامین ب۶ در افرادی که به صورت مزمن الکل مصرف می‌کنند رایج می‌باشد.

مکمل‌ها

مصرف مولتی ویتامین‌ها از جمله تیامین (۱۰۰ میلی گرم)، فولیک اسید (۴۰۰ میکرو گرم تا ۱ میلی گرم)، و ویتامین ب۶ (پیرودوکسین ۱۰۰ میلی گرم) را در تمام بیماران که مصرف الکل خود را ادامه می‌دهند توصیه می‌کنیم.

ویتامین‌های محلول در چربی

ویتامین‌های A، D، E و K - سطوح این ویتامین‌ها در افراد مبتلا به بیماری کبدی ناشی از مصرف الکل ناکافی



ویتامین‌های محلول در آب

ویتامین B۱ (تیامین) - فقر تیامین در ۸۰ درصد بزرگسالان مبتلا به مصرف مزمن الکل و در افراد با بیماری کبدی پیشرفته رایج است. فقر این ویتامین ممکن است بر اثر دریافت غذای ناکافی، کاهش جذب روده‌ای، و یا کاهش ذخیره‌سازی باشد. تیامین دهانی ۱۰۰ میلی‌گرم به صورت روزانه باید برای تمامی بزرگسالان با مصرف بالای الکل مداوم تجویز شود.

ویتامین B۲ (ریبوفلاوین) - کمبود ریبوفلاوین کمتر از سایر ویتامین‌ها است و اساساً به دلیل کاهش غذای مصرفی می‌باشد. کمبود شدید ریبوفلاوین کمیاب است اما می‌تواند باعث تورم حلقی دهانی، تغییر رفتار، التهاب عصب، کم خونی، و التهاب پوست شود. در صورت کمبود، جایگزین روزانه ریبوفلاوین روزانه ۱/۷ میلی‌گرم می‌باشد که در اکثر مولتی ویتامین‌ها یافت می‌شود.

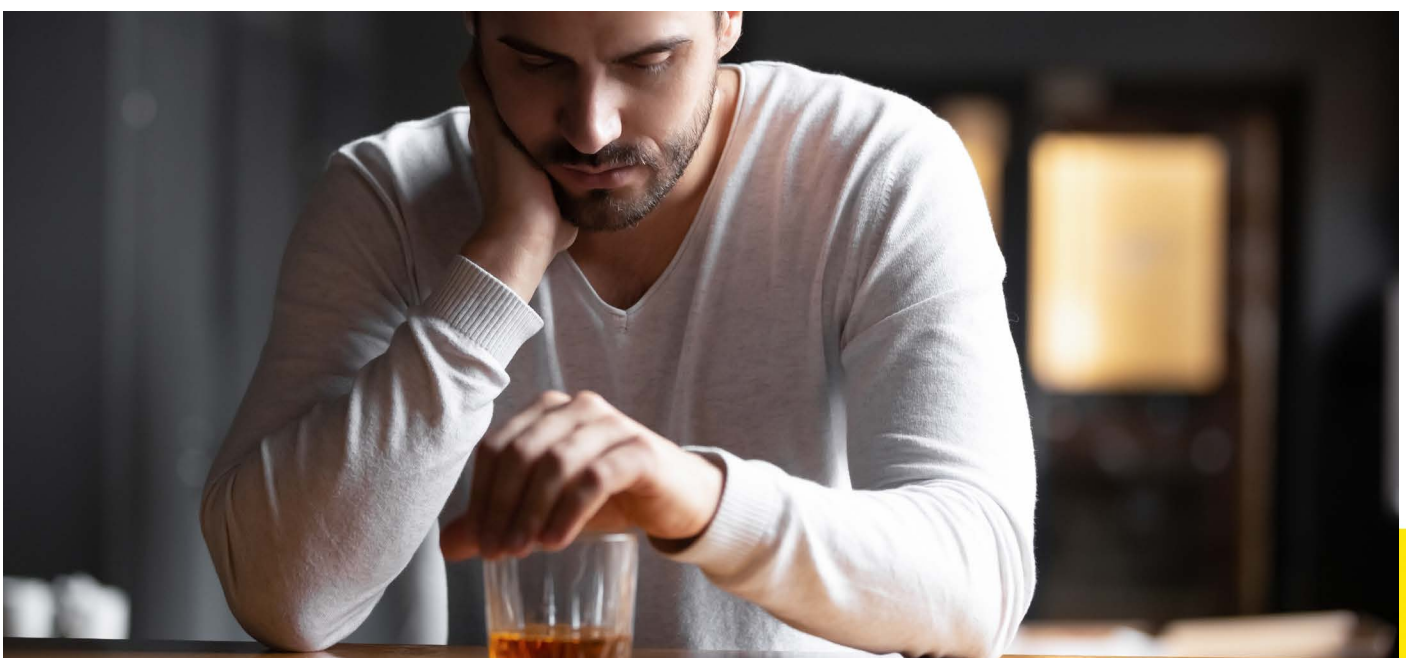
ویتامین B۶ (پیریدوکسین) - به دلیل کاهش غذای مصرفی کمبود پیریدوکسین در بیش از ۵۰ درصد بیماران الکلی یافت می‌شود. تظاهرات بالینی رایج نیستند اما شامل نوروپاتی محیطی، ورم مخاط دهان و لته، گیجی، یا افسردگی می‌شود. برای ویتامین B۶ مکمل دهانی ۲ میلی‌گرم در روز پیشنهاد می‌شود.

اسید فولیک - دو سوم از افرادی که زیاده‌روی در نوشیدن الکل دارند دچار فقر اسید فولیک خواهند شد که می‌تواند منجر به کمخونی و اختلال در جذب روده‌ای شود. پیشنهاد ما ۴۰۰ میکروگرم در روز می‌باشد.

ویتامین B۱۲ (کوبالامین) - در غیاب آماس لوزالمعده، به ندرت فقر کوبالامین در بزرگسالان با اختلال سوء مصرف الکل وجود دارد. به صورت معمول ویتامین B۱۲ به عنوان مکمل توصیه نمی‌شود. دوز دهانی بیشتر از ۵۰ میکروگرم روزانه ممکن است نیاز به جایگزینی در بیماران با فقر B۱۲ داشته باشد.

کلسیم، منیزیم، و فسفر - سطوح این مواد باید در تمامی بیماران مبتلا به اختلال سوء مصرف الکل یا مصرف زیاد الکل بررسی شود. جایگزینی کلسیم، منیزیم، یا فسفر بر اساس سطوح خون می‌باشد.

آهن - ذخایر آهن حتی در نبود بیماری کبدی اغلب بر اثر مصرف مزمن الکل افزایش می‌یابد این امر به دلیل افزایش جذب بین سلولی آهن در کبد است. اگر فقر آهن اتفاق بیافتد، باید از منابع بالقوه از دست دادن خون جلوگیری شود و جایگزینی آهن صورت پذیرد.



مهندس پریسا سیاه پوش
کارشناسی ارشد مهندسی پزشکی
مدیر مسئول خیریه مریم



مسئولیت اجتماعی برند سوپرابیون



سه محور اصلی مسئولیت اجتماعی شرکت:

مدل مسئولیتی استفانی هیس CSR را به سه حوزه اصلی تقسیم می‌کند که هر کدام با توجه به ماهیت کارشان نام‌گذاری می‌شوند:

حوزه مسئولیت داخلی

شامل همه استراتژی‌ها و فرآیندهای داخلی است که به دست عموم نمی‌رسد اما برای جهت‌گیری اخلاقی شرکت ضروری است.

حوزه مسئولیت میانی

شامل تمام زمینه‌هایی است که به طور عمومی مؤثر هستند و تأثیر مستقیمی بر محیط و جامعه دارند، اما هنوز بخشی عادی از فرآیند کار می‌باشند.

مسئولیت اجتماعی شرکت (CSR) مفهومی گسترده است که بسته به شرکت و صنعت می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد. مسئولیت اجتماعی شرکت زمانی است که یک شرکت فراتر از پول درآوردن می‌رود و درگیر اقداماتی می‌شود (فراتر از منافع شرکت که توسط قانون الزامی است) که منجر به خیر اجتماعی می‌شود. برای اینکه یک شرکت از نظر اجتماعی مسئولیت پذیر باشد، ابتدا باید نسبت به خود و سهامدارانش پاسخگو باشد. اغلب، شرکت‌هایی که برنامه‌های CSR را اتخاذ می‌کنند، کسب‌وکار خود را تا حدی رشد داده‌اند که اکنون می‌توانند به جامعه کمک کنند. بنابراین، CSR معمولاً یک استراتژی است که توسط شرکت‌های بزرگ اجرا می‌شود و از طریق آن کسب‌وکارها می‌توانند در عین تقویت تصویر برند خود به جامعه نیز کمک کنند.

با توجه به راههای ارتباطی با برخی شرکتهای دارویی، داروخانه‌ها، مراکز پخش دارویی و پزشکان خیر، حوزه سلامت و درمان اصلی‌ترین حوزه فعالیت خیریه مریم می‌باشد. بدین منظور خیریه مریم با تأمین دارو، کمک هزینه‌های بیمارستانی و تجهیز مراکز درمانی تمام تلاش خود را در جهت التیام درد بیماران نیازمند انجام می‌دهد.

مراقبت از تغذیه مدجویان با توزیع بسته‌های ارزاق به مناسبت‌های مختلف همانند عید نوروز، ماه رمضان، شب یلدا و ...، حمایت تحصیلی از طریق توزیع بسته‌های کامل لوازم تحریر در مهر ماه، ساخت و تجهیز مسکن‌های روستایی و یا کمک هزینه ودیعه مسکن به نیازمندان، تهیه پوشاک نو کودکان و نوجوانان در آستانه نوروز و ... از فعالیت‌های عمده خیریه مریم می‌باشد که شرکتهای کیش مدیفارم و اکسون فارمد ایرانیان با حمایت‌های خود در این مسیر همراه خیریه مریم می‌باشند.

بیاییم با هم یکی شویم، دست تعامل و همکاری به یکدیگر دهیم و انسان دوستی را به عنوان بزرگترین ارزش‌ها پاس بداریم.

حوزه مسئولیت خارجی مربوط به کلیه فعالیت‌هایی است که نیاز به اقدام دارند. به عنوان مثال، اگر یک شرکت در امور خیریه فعال شود (بیشتر از نظر مالی) و فرآیندهای کاری روزانه خود را قطع یا منطبق کند.

هلدینگ دارویی کیش مدیفارم که شرکت اکسون فارمد ایرانیان یکی از زیر مجموعه‌های آن است، در راستای مسئولیت اجتماعی، فعالیت‌های بشر دوستانه خود را از طریق خیریه مریم (موسسه رهیویان یاوران مهربانی)، انجام می‌دهد. این خیریه با نام و یاد پزشک خیر مرحومه دکتر مریم السادات مرتضوی در سال ۱۳۹۶ تأسیس شده است، و به صورت مستقل و متمرکز فعالیت خود را روی شناسایی، بررسی و حمایت از اقشار مستضعف جامعه قرار داده و تاکنون به همراه پشتیبانی پیوسته موشسین خیریه و نیز دستان بخشنده خیرین توانسته در حوزه‌های مختلف، همراه و همدل نیازمندان باشد.

فعالیت‌های خیریه مریم در ۶ حوزه طبقه‌بندی می‌شوند که عبارتند از:

سلامت و درمان، توزیع ارزاق، حمایت تحصیلی، تأمین مسکن، تأمین جهیزیه و تهیه پوشاک





مکمل لامتنی شما



در صورتیکه این دارو مصرف می‌کنید
توجه داشته باشید که این دارو
این اثرات جانبی را ایجاد می‌کند
تحت نظر پزشک مصرف کنید
مصرف آن در دوران بارداری ممنوع است

Store in a cool and dry place
below 25°C.
The product is not for
prevention, diagnosis and
treatment of diseases.
Keep out of reach of children.



Ultra-D[®]

The Sunshine Vitamin



Cholecalciferol is the
preferred form of Vitamin D
to maintain healthy bones, teeth,
tissues and immune system
60 Coated Tablets



در صورتیکه این دارو مصرف می‌کنید
توجه داشته باشید که این دارو
این اثرات جانبی را ایجاد می‌کند
تحت نظر پزشک مصرف کنید
مصرف آن در دوران بارداری ممنوع است

Store in a cool and dry place
below 25°C.
The product is not for
prevention, diagnosis and
treatment of diseases.
Keep out of reach of children.



Citramag B6[®]

Highly Absorbable Magnesium



Optimum support for
muscular cramps, PMS,
stress, cardiovascular
health & strong bones.
60 Coated Tablets



Ferro Complete

Multi Daily

Zinc Plus

For Men

Mobiflex

Calcitra

Multi Prenatal

Ultra-D

MaxVision

Citramag B6



مكمل لاسمتي شما
Supplement Your Health





در این شماره می‌خوانیم:

- پیام مدیر عامل
- جراحی چاقی و دستورالعمل مصرف مکمل آهن
- از کمخونی تا معیارهای انتخاب مکمل آهن
- آشنایی با محصول فروگامپلین
- اضافه وزن، زنگ خطر برای دیابت!
- مطالعه‌ی تاثیر ریز مغذیها در افسردگی
- ناگفته‌هایی در خصوص ویتامین‌ها
- مسابقه نوری سوپرا بیون

برای مطالعه شماره اول مجله سوپرا نیوز روی لینک زیر کلیک کنید

/خبرنامه/خبرنامه-سوپرا نیوز- (شماره-اول-_-بهار-۱۴۰۰/fa/https://suprabion.ir/





برای مطالعه شماره دوم مجله سوپرانیوز روی لینک زیر کلیک کنید

(خبرنامه/خبرنامه-سوپرانیوز- (شماره- دوم - __- تابستان-۱۴۰۰/fa/۱۴۰۰/suprabion.ir/https://





برای مطالعه شماره سوم مجله سوپرانیوز روی لینک زیر کلیک کنید

/خبرنامه/خبرنامه-سوپرانیوز- (شماره-چهارم - - بهار-۱۴۰۰/fa/1400/suprabion.ir/https://



صفحه اینستاگرام سوپرابیون با ارائه اطلاعات علمی و مشاوره در تلاش است تا «مکمل سلامتی شما» باشد.

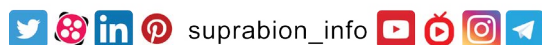
جهت دنبال کردن اینستاگرام سوپرابیون روی لینک زیر کلیک کنید.



https://instagram.com/suprabion_info?igshid=h98hk6jzmjqj



مکمل سلامتی شما
Supplement Your Health
www.suprabion.ir





مكمل لحياتك
Supplement Your Health



سازمندان باری



