

## Склад

**1 капсула містить: активні інгредієнти:** вітамін D3 (холекальциферол) – 125 мкг (µg) [5000 МО (IU)], вітамін K2 (менахінон, МК-7) – 100 мкг (µg), риб'ячий жир (містить омега-3 поліненасичені жирні кислоти) – 400 мг (mg) [у т.ч. ейкозапентаєнова кислота – 72 мг (mg), докозагексаєнова кислота – 48 мг (mg)]; *допоміжні речовини:* стеарат магнію (антиспікаючий агент), оболонка капсули: желатин.

## Властивості

### **Функціональні властивості компонентів.**

Вітамін D3 (холекальциферол) – життєво важливий жиророзчинний вітамін, який сприяє підтримці здорової імунної функції, зміцненню кістково-м'язової системи, підвищенню енергетичного потенціалу організму, підтримці нормальної діяльності нервової системи, поліпшенню репродуктивної функції, як у жінок, так і у чоловіків.

Біологічна роль вітаміну D: бере участь в регуляції фосфорно-кальцієвого обміну: допомагає всмоктуватися кальцію в кишечнику, підтримує необхідні рівні кальцію та фосфору в крові, активізує метаболізм кісткової тканини. Сприяє забезпеченню міцності кісток і зубів, зниженню ризику розвитку рахіту, остеомалаяції; сприяє підтримці сили м'язів і нервово-м'язової провідності, завдяки чому знижує ризик падінь і переломів; нормалізує функції імунної системи, позитивно впливає як на вроджений, так і набутий імунітет. Запускає синтез в організмі власних антимікробних пептидів. Сприяє зниженню ризику розвитку застудних захворювань. Надає регулюючий вплив на зростання, розвиток і оновлення клітин. Нестача вітаміну D в організмі призводить до ослаблення імунного захисту організму; сприяє зменшенню втоми і підвищенню тонусу організму, регулює власний енергетичний потенціал клітин. В результаті впливу вітаміну D, в мітохондріях клітин підвищується синтез АТФ, що є власним універсальним джерелом енергії для всіх біохімічних процесів, що протікають в організмі; позитивно впливає на діяльність нервової системи, включаючи психоемоційну сферу і когнітивні функції (настрій, пам'ять, увагу, працездатність, загальний тонус організму), оскільки бере участь у виробництві нейромедіаторів, біологічно активних речовин, за допомогою яких здійснюється передача нервових імпульсів між нервовими клітинами. Він необхідний для перетворення триптофану (амінокислоти, що надходить в організм з їжею) в серотонін - нейромедіатор, що має величезне значення для нормальної когнітивної функції та психоемоційного стану людини; сприяє нормалізації

правильного синтезу жіночих і чоловічих статевих гормонів: естрогену, прогестерону, тестостерону. Чинить позитивний вплив на репродуктивну функцію, як у жінок, так і у чоловіків. У жінок з достатнім рівнем вітаміну D, запліднення яйцеклітин відбувається частіше. Відсутність дефіциту вітаміну D дозволяє поліпшити результати ЕКЗ (екстракорпоральне запліднення). Цей ефект обумовлений впливом вітаміну D на ендометрій. Вживання вітаміну D дозволяє збільшити товщину ендометрію у жінок з синдромом полікістозних яєчників; дефіцит вітаміну D є фактором ризику для розвитку інсулінорезистентності, порушення толерантності до глюкози. Вітамін D може стимулювати секрецію бета-клітинами підшлункової залози інсуліну, а також опосередковано активує кальційзалежну ендопептидазу бета-клітин, яка перетворює проінсулін в активний інсулін.

Вітамін D може впливати на чутливість тканин до інсуліну, стимулюючи експресію рецепторів інсуліну в клітинах. Вітамін D позитивно впливає на ліпідний обмін, внутрішній шар і м'язову стінку судин, а також на процеси згортання крові; сприяє зниженню в крові рівня загального холестерину, тригліцеридів і ліпідів низької щільності;

Згідно даних Європейського відомства з безпеки харчових продуктів (EFSA), максимально допустимі значення для щоденної дози споживання вітаміну D: для дорослих та дітей віком від 11 років та старше – 100 мкг (4000 МО). Призначення добової дози вище ніж 4000 МО рекомендовано після аналізу визначення концентрації 25 (ОН) D у крові.

Вітамін K2 (менахінон-7) регулює відкладення кальцію в кістках, за рахунок активації K2-залежних білків, які забезпечують транспорт кальцію до кісткової тканини, чим покращує надходження кальцію до кісткової тканини та запобігає відкладенню кальцію в сечовивідних шляхах та в стінках судин. Попереджає виникнення остеопорозу. Стимулює ріст зубного дентину. Зменшує запалення в уражених суглобах за рахунок зниження рівня С-реактивного білка. Корисний для розумової діяльності. В поєднанні з вітаміном D3 регулює баланс кальцію в організмі. Вітамін K2 існує в декількох хімічних формах. Серед цих форм саме менахінон МК-7 має високий рівень засвоюваності, забезпечує кращий і більш тривалий рівень концентрації в крові, що важливо для корекції дефіциту вітаміну K2.

Омега-3 поліненасичені жирні кислоти (ПНЖК) – ейкозапентаєнова кислота (ЕПК) та докозагексаєнова кислота (ДГК) належать до незамінних жирних кислот. Вони не синтезуються в організмі людини та повинні надходити ззовні. При надходженні в організм омега-3 ПНЖК відбувається пригнічення синтезу ЛПДНЩ і ЛПНЩ, поліпшується їх екскреція з жовчю; омега-3 ПНЖК сприяють

подовженню періоду згортання крові, зниженню агрегаційної здатності тромбоцитів за рахунок конкурентного витіснення з клітинних мембран арахідонової кислоти, яка є основним субстратом синтезу простагландинів, тромбоксанів та лейкотрієнів. Омега-3 ПНЖК сприяють периферичній вазодилатації, зменшенню в'язкості крові, підвищенню плинності еритроцитів, посиленню фібринолізу. Вбудовуючись у структуру клітинних мембран, омега-3 ПНЖК повертають їм напіврідку консистенцію, при цьому значною мірою покращується проведення нервових імпульсів. Омега-3 ПНЖК забезпечують організм енергією, поліпшують пам'ять, інтелектуальні здібності, зникає схильність до депресії, тривоги, перепадів настрою.

### **Рекомендації щодо застосування**

Декамакс 5000 рекомендований як додаткове джерело омега-3 поліненасичених жирних кислот (ПНЖК), вітамінів К2 та D3 з метою нормалізації функціонального стану кісток, серцево-судинної системи та метаболізму у цілому при дефіциті вітамінів D3, К2 та ПНЖК, а також при станах, що вимагають додаткового вживання цих речовин (при переломах, остеопорозі, порушеннях засвоєння кальцію, захворюваннях суглобів та щитовидної залози, метаболічному синдромі, порушеннях репродуктивної функції у чоловіків і жінок). Декамакс 5000 сприяє нормалізації ліпідного обміну (зменшенню вмісту тригліцеридів та холестерину у крові). Доцільно вживати особам, які мало часу проводять на сонці.

Перед застосуванням рекомендована консультація лікаря.

### **Спосіб застосування**

Дорослим вживати по 1 капсулі 1 раз на тиждень, під час прийому їжі; запивати достатньою кількістю рідини кімнатної температури. В залежності від ступеню дефіциту вітамінів D3 та К2, добова доза може бути змінена індивідуально за рекомендації лікаря. Тривалість вживання визначається лікарем індивідуально.

### **Застереження**

Не перевищувати рекомендовану добову дозу. Декамакс 5000 не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування. Не рекомендовано приймати Декамакс 5000 одночасно з іншими вітамінними комплексами, що містять вітаміни D і К. Особам, які приймають антикоагулянти, перед прийомом Декамакс 5000 рекомендована консультація лікаря. Лікарські засоби, що сприяють виведенню жиру і жирних кислот з організму (наприклад, препарати, що містять орлістат), можуть знижувати засвоєння жиророзчинних вітамінів,

тому Декамакс 5000 слід приймати за 2 години до або через 2 години після прийому таких препаратів, або перед сном.

### **Протипоказання**

Індивідуальна чутливість до компонентів, гіперкальціємія, гіперкальціурія, гіперфосфатемія, гіпервітаміноз вітамінів К2 та D, нефролітиаз. Період вагітності та лактації. Дитячий вік до 18 років.

Не є лікарським засобом. Без ГМО.

### **Форма випуску**

Капсули тверді масою вмісту 507,0 мг (mg)  $\pm$  10%.

**Загальна маса 1 капсули:** 603,0 мг (mg)  $\pm$  10%.

### **Умови зберігання**

Зберігати в оригінальній упаковці в сухому, захищеному від світла та недоступному для дітей місці, за температури не вище 25 °С.

### **Виробник**

**Найменування та місцезнаходження і номер телефону виробника:** ТОВ «СОЛЕФАРМ» (SOLEPHARM Ltd), Латвія, Алкшню 4, Яунмарупе, Марупський край, LV-2166.