

## Ulotka dla pacjenta

*Należy przeczytać uważnie całą ulotkę, ponieważ zawiera ona ważne informacje dla pacjenta. Lek ten jest dostępny bez recepty, aby można było leczyć niektóre schorzenia bez pomocy lekarza. Aby jednak uzyskać dobry wynik leczenia, należy stosować lek TOKOVIT E 200 ostrożnie i zgodnie z informacją w ulotce.*

- *Należy zachować tę ulotkę, aby można ją było przeczytać ponownie w razie potrzeby.*
- *Należy zwrócić się do lekarza lub farmaceuty, gdy potrzebna jest rada lub dodatkowa informacja.*
- *Jeżeli objawy nasilą się lub nie ustąpią, należy skontaktować się z lekarzem.*

**TOKOVIT E 200**  
(RRR- $\alpha$ -Tocopherolum)  
200 j.m., kapsułki miękkie

### **Skład**

1 kapsułka miękka zawiera:

Substancję czynną:

200 j.m. RRR- $\alpha$ -Tocopherolum (RRR- $\alpha$ -tokoferolu)

Substancje pomocnicze:

olej sojowy oczyszczony, żelatyna, glicerol.

### **Dostępne opakowanie**

Jedno opakowanie leku zawiera 30 lub 60 kapsułek miękkich.

### **Podmiot odpowiedzialny**

„PRZEDSIĘBIORSTWO PRODUKCJI FARMACEUTYCZNEJ HASCO-LEK” S.A.  
51-131 Wrocław, ul. Żmigrodzka 242 E

### **Spis treści ulotki**

1. Co to jest lek TOKOVIT E 200 i w jakim celu się go stosuje
2. Zanim zastosuje się lek TOKOVIT E 200
3. Jak stosować lek TOKOVIT E 200
4. Możliwe działania niepożądane
5. Przechowywanie leku TOKOVIT E 200
6. Inne konieczne informacje dotyczące leku TOKOVIT E 200

#### **1. Co to jest lek TOKOVIT E 200 i w jakim celu się go stosuje**

Tokovit E 200 zawiera RRR- $\alpha$ -tokoferol - witaminę E izolowaną z olejów roślinnych.

Witamina E otrzymywana z olejów roślinnych wywiera działanie biologiczne o 50% silniejsze od powszechnie stosowanej syntetycznej witaminy E.

Witamina E jest jednym z niezbędnych składników odżywczych, jednak jej rola nadal nie jest dokładnie poznana. Razem z katalazą, dysmutazą nadtlenkową, peroksydazą glutationową oraz selenem wchodzi w skład systemu zabezpieczającego komórkę przed działaniem wolnych rodników tlenowych. Chroni wielonienasycone kwasy tłuszczowe w błonach i innych strukturach komórki, stabilizuje błony komórek i organelli komórkowych, zapobiega hemolizie czerwonych krwinek. Ochrona przed uszkodzeniem przez rodniki tlenowe wydaje się istotna w rozwoju i funkcjonowaniu układu nerwowego oraz mięśniowego.

PRZEDSIĘBIORSTWO ZDROWIA  
Departament Polityki Lekowej i Farmacji  
00-952 Warszawa  
ul. Miodowa 15

Witamina E może także działać jako kofaktor w niektórych układach enzymatycznych. Bierze udział w utlenianiu glukozy i glikogenolizie. Uczestniczy w przemianach lipidów: prostaglandyn i cholesterolu.

Badania epidemiologiczne wskazują na związek pomiędzy dzienną podażą witaminy E, a zagrożeniem chorobą niedokrwienną serca, miażdżycą i innymi chorobami, których patogenezą związana jest ze stresem oksydacyjnym. Witamina E obniża aktywność agregacyjną płytek krwi.

Wskazania do stosowania:

- profilaktyka i leczenie niedoboru witaminy E spowodowanego długotrwałym nieprawidłowym odżywianiem oraz zaburzeniami przemiany materii;
- wspomagająco: w miażdżycy, chorobie niedokrwiennej serca i jej wtórnej profilaktyce oraz we wszystkich chorobach, których etiologia związana jest ze stresem oksydacyjnym.

## **2. Zanim zastosuje się lek TOKOVIT E 200**

*Nie należy stosować leku TOKOVIT E 200 jeśli występuje:*

- nadwrażliwość na którykolwiek składnik leku
- niedobór witaminy K.

**Zachować szczególną ostrożność stosując lek TOKOVIT E 200 u osób przyjmujących jednocześnie doustne leki przeciwzakrzepowe (np. dikumarol, warfaryna) lub estrogeny (np. doustne środki antykoncepcyjne).**

*Należy skonsultować się z lekarzem, nawet jeżeli powyższe ostrzeżenia dotyczą sytuacji występujących w przeszłości.*

### **Ciąża**

*Przed zastosowaniem leku należy poradzić się lekarza.*

Lek można stosować u kobiet w ciąży wyłącznie z przepisu lekarza.

### **Karmienie piersią**

*Przed zastosowaniem leku należy poradzić się lekarza.*

Lek można stosować u kobiet karmiących wyłącznie z przepisu lekarza.

### **Prowadzenie pojazdów i obsługa maszyn**

Lek nie powoduje zmniejszenia sprawności psychofizycznej, zdolności do prowadzenia pojazdów mechanicznych i obsługi urządzeń mechanicznych będących w ruchu.

### **Stosowanie innych leków**

*Należy poinformować lekarza o wszystkich przyjmowanych ostatnio lekach, nawet tych, które wydawane są bez recepty.*

Witamina E może osłabiać działanie witaminy K, zwłaszcza u osób leczonych doustnymi lekami przeciwzakrzepowymi lub estrogenami. Stosowanie innych środków o działaniu przeciwutleniającym (witamina C, selen, ubichinon, aminokwasy zawierające siarkę) może łagodzić niektóre objawy niedoboru witaminy E. Jednoczesne stosowanie preparatów żelaza osłabia działanie witaminy E, dlatego należy zachować kilkugodzinny odstęp między przyjmowaniem tych leków.

Witamina E może zmniejszać zapotrzebowanie na insulinę i glikozydy naparstnicy (np. digoksyna), a zwiększać wchłanianie, wykorzystanie i magazynowanie witaminy A.

### **3. Jak stosować lek TOKOVIT E 200**

*Lek TOKOVIT E 200 należy stosować zgodnie z zaleceniami lekarza. W przypadku wątpliwości należy ponownie skontaktować się z lekarzem.*

Lek przyjmować doustnie.

Zapobiegawczo: zwykle 1 kapsułka na dobę, podczas pierwszego posiłku.

Leczniczo: zgodnie ze wskazaniami lekarza.

*W przypadku wrażenia, że działanie leku TOKOVIT E 200 jest za mocne lub za słabe, należy zwrócić się do lekarza.*

### **W przypadku zażycia większej niż zalecana dawki leku TOKOVIT E 200**

*W razie przyjęcia znacznie większej niż zalecana dawki leku, należy zwrócić się do lekarza lub farmaceuty.*

Duże dawki witaminy E stosowane przed dłuższy okres mogą powodować biegunkę, bóle brzucha i inne zaburzenia ze strony przewodu pokarmowego, a także uczucie zmęczenia i osłabienia, nieostre widzenie, bóle głowy, wysypkę, zaburzenia czynności gruczołów płciowych, zmniejszenie stężenia hormonów tarczycy w osoczu.

### **W przypadku pominięcia dawki leku TOKOVIT E 200**

*Nie należy stosować dawki podwójnej w celu uzupełnienia pominiętej dawki.*

### **4. Możliwe działania niepożądane**

*Jak każdy lek TOKOVIT E 200 może powodować działania niepożądane.*

Witamina E jest na ogół dobrze tolerowana. Po przyjęciu dużych dawek (powyżej 800 mg/dobę) może wystąpić uczucie zmęczenia, osłabienia, bóle głowy, zaburzenia żołądkowo-jelitowe, wysypka.

*U niektórych osób w czasie stosowania leku mogą wystąpić inne działania niepożądane. W przypadku wystąpienia innych objawów niepożądanych, niewymienionych w tej ulotce, należy poinformować o nich lekarza.*

### **5. Przechowywanie leku TOKOVIT E 200**

*Lek należy przechowywać w miejscu niewidocznym i niedostępnym dla dzieci.*

*Nie należy stosować leku TOKOVIT E 200 po upływie terminu ważności umieszczonego na opakowaniu.*

Przechowywać w temperaturze poniżej 25°C.

Przechowywać w oryginalnym opakowaniu w celu ochrony przed światłem.

### **6. Inne informacje**

*W celu uzyskania bardziej szczegółowych informacji należy zwrócić się do przedstawiciela podmiotu odpowiedzialnego:*

„PRZEDSIĘBIORSTWO PRODUKCJI FARMACEUTYCZNEJ HASCO-LEK” S.A.

ul. Żmigrodzka 242 E; 51-131 Wrocław

telefon: +48 (71) 352 95 22

Dział Informacji o Leku

tel. (022) 742 00 22

Data opracowania ulotki:

MINISTERSTWO ZDROWIA  
Departament Polityki Lekowej i Farmacji  
00-952 Warszawa  
ul. Miłobędzka 15

2008-03-26