

# FullCare [ Multiple Micronutrient Supplements ]



## Nutritional Supplements

### Composition

Each film coated tablet contains Vitamin A as Retinyl Acetate 800 mcg RAE, Vitamin C as Ascorbic Acid 70 mg, Vitamin D as Cholecalciferol 5 mcg (200 IU), Vitamin E as Alpha Tocopheryl Succinate 10 mg  $\alpha$ - TE, Vitamin B1 as Thiamine Mononitrate 1.4 mg, Vitamin B2 as Riboflavin 1.4 mg, Vitamin B3 as Niacinamide 18 mg NE, Vitamin B6 as Pyridoxine HCl 1.9 mg, Folic Acid as 680 mcg DFE (400 mcg), Vitamin B12 as Cyanocobalamin 2.6 mcg, Iron as Ferrous Fumarate 30 mg, Iodine as Potassium Iodide 150 mcg, Zinc as Zinc Oxide 15 mg, Selenium as Sodium Selenite 65 mcg, Copper as Cupric Oxide 2 mg.

### Pharmacology

Multiple Micronutrient Supplements (MMS) is a nutritional supplement for use during pregnancy based on United Nations International Multiple Micronutrient Antenatal Preparation (UNIMMAP) formulation following WHO specification. It contains 15 micronutrients including Iron and Folic Acid (IFA) at dosages that approximate the recommended dietary allowances for pregnancy. Micronutrients are only needed in very small quantities but are essential for normal physiological function, growth and development. Deficiencies of micronutrients such as vitamin A, iron, iodine and folate are particularly very common during pregnancy due to increased nutrient requirements of the mother and developing fetus. These deficiencies can negatively impact the health of the mother, her pregnancy, as well as the health of the newborn baby. Recent evidence shows that the provision of MMS for women starting early in pregnancy provides clear benefits for both women and their unborn and newborn infants, beyond IFA supplementation alone. MMS can improve birth outcomes significantly by reducing the risk of low birth weight (LBW), being born small-for-gestational age (SGA), and preterm births.

### Indication

MMS is indicated for use in improving the nutritional status of women throughout the pregnancy.

### Dosage & administration

Take only one tablet daily starting as soon as possible after conception and continue to use 180 tablets for 6 months throughout the pregnancy or as directed by the physician.

### Contra-indication

Individuals with known hypersensitivity to any of the ingredients.

### Warning & precaution

Keep this product out of the reach of children. Accidental overdose of iron containing products is a leading cause of

fatal poisoning in children under 6 years. In case of accidental overdose, call a doctor or immediately visit the nearest hospital.

### Side effects

Daily intake of recommended dose has no risk of adverse health effects in almost all individuals.

### Use in pregnancy & lactation

MMS is recommended to use only during pregnancy.

### Use in children and adolescent

It is not recommended for children and adolescents.

### Drug interaction

No drug interactions have been reported.

### Overdose

Tolerable Upper Limit (UL) of ingredients are significantly above the levels of the UNIMMAP formulation, the highest level of nutrient intake that is likely to pose no risk of adverse health effects for almost all individuals in the general population.

However, overdose with iron produces increased risk of gastrointestinal side effects that includes constipation, nausea, vomiting, diarrhea, stomach pain, loss of appetite and requires doctor's consultation.

### Storage

Keep out of the reach of children. **Keep between 15°C to 30°C, protect from light and humidity.**

### Packing

FullCare tablet: Each box contains 30's film coated tablet in 3x10 alu alu pack.



Manufactured for:

**Social Marketing Company,**

33 Banani C/A, Dhaka, Bangladesh

by Renata Limited, Mirpur, Dhaka, Bangladesh.

## উপাদান

প্রতিটি ফিল্ম কোটেড/পাতলা আবরণযুক্ত ট্যাবলেটে আছে ভিটামিন এ (রেটিনাইল অ্যাসিটেট) ৮০০ মাইক্রোগ্রাম, আরএই, ভিটামিন সি (অ্যাসকরবিক অ্যাসিড) ৭০ মি. গ্রা., ভিটামিন ডি (কোলেক্যালসিফেরল) ৫ মাইক্রোগ্রাম, (২০০ আইইউ), ভিটামিন ই (আলফা-টোকোফেরল সাল্লিনেট) ১০ মি. গ্রা. আলফা-টিই, ভিটামিন বি<sub>১</sub> (থিয়ামিন মনোনাইট্রেট) ১.৪ মি. গ্রা., ভিটামিন বি<sub>২</sub> (রিবোফ্লেভিন) ১.৪ মি. গ্রা., ভিটামিন বি<sub>৩</sub> (নিয়াসিনামাইড) ১৮ মি. গ্রা. এনই, ভিটামিন বি<sub>৬</sub> (পাইরিডক্সিন হাইড্রোক্লোরাইড) ১.৯ মি. গ্রা., ফলিক অ্যাসিড ৬৮০ মাইক্রোগ্রাম, ডিএফই (৪০০ মাইক্রোগ্রাম), ভিটামিন বি<sub>১২</sub> (সায়নোকোবালামিন) ২.৬ মাইক্রোগ্রাম, আয়রন (ফেরাস ফিউমারেট) ৩০ মি. গ্রা., আয়োডিন (পটাশিয়াম আয়োডাইড) ১৫০ মাইক্রোগ্রাম, জিংক (জিংক অক্সাইড) ১৫ মি. গ্রা., সেলেনিয়াম (সোডিয়াম সেলেনাইট) ৬৫ মাইক্রোগ্রাম, কপার (কিউপ্রিক অক্সাইড) ২ মি. গ্রা.।

## ফার্মাকোলজি

মাল্টিপল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট সাপ্লিমেন্টস (এমএমএস) হলো বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার নির্দেশনা অনুযায়ী এবং ইউনাইটেড নেশনস ইন্টারন্যাশনাল মাল্টিপল মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট অ্যান্টিন্যাটাল প্রিপারেশন-ইউনিম্যাপ ফর্মুলায় তৈরি একটি নিউট্রিশনাল সাপ্লিমেন্টস যা গর্ভাবস্থায় সেবনের জন্য নির্দেশিত। এর প্রতি ডোজে গর্ভাবস্থায় নির্দেশিত দৈনিক পুষ্টি চাহিদা পূরণের জন্য প্রয়োজনীয় আইএফএ (আয়রন এবং ফলিক অ্যাসিড) সহ ১৫টি মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট রয়েছে। মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট খুবই অল্প পরিমাণে প্রয়োজন হলেও স্বাভাবিক শারীরবৃত্তীয় কার্যকলাপ, শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের জন্য এগুলো অপরিহার্য। সাধারণত গর্ভাবস্থায় মায়ের অতিরিক্ত পুষ্টি চাহিদা পূরণ এবং গর্ভস্থ ফ্রুণের সঠিক বৃদ্ধির জন্য বিভিন্ন প্রকার মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট যেমন: ভিটামিন এ, আয়রন, আয়োডিন এবং ফলেট এর ঘাটতি দেখা দেয়। এই মাইক্রোনিউট্রিয়েন্টগুলির ঘাটতির ফলে মায়ের স্বাস্থ্য ও গর্ভাবস্থা এবং নবজাতকের স্বাস্থ্যের উপর বিরূপ প্রভাব পড়তে পারে। সাম্প্রতিক গবেষণায় দেখা যায় যে, গর্ভাবস্থার শুরুতেই সাপ্লিমেন্ট হিসেবে শুধুমাত্র আইএফএ গ্রহণের পরিবর্তে এমএমএস গ্রহণ করলে তা মা ও গর্ভস্থ শিশু এবং নবজাতকের জন্য বেশি উপকারী। এমএমএস কম জন্ম ওজনের (এলবিডব্লিউ) শিশু, গর্ভকালীন বয়সের তুলনায় ছোট শিশু প্রসব ও অকাল প্রসবের ঝুঁকি হ্রাস করে সুস্থ শিশু প্রসবের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।

## নির্দেশনা

এমএমএস গর্ভাবস্থায় মহিলাদের পুষ্টি অবস্থা উন্নয়নের জন্য নির্দেশিত।

## মাত্রা ও সেবনবিধি

গর্ভাবস্থা নিশ্চিত হবার সাথে সাথেই প্রতিদিন ১টি করে মোট ১৮০ টি ট্যাবলেট ৬ মাস পর্যন্ত সেবন করতে হবে ডেলিভারীর আগ পর্যন্ত অথবা চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী সেব্য।

## প্রতিনির্দেশনা

যাদের এমএমএস এর কোনো উপাদানের প্রতি অতিসংবেদনশীলতা রয়েছে তাদের এটি সেবন করা উচিত নয়।

## সতর্কতা

মাত্রাতিরিক্ত আয়রন সেবন ৬ বছরের কম বয়সী শিশুদের মধ্যে মারাত্মক বিষক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে। সুতরাং এটি শিশুদের নাগালের বাইরে রাখুন। অনিচ্ছাকৃত অতিরিক্ত মাত্রায় আয়রন সেবন করলে ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করুন অথবা অনতিবিলম্বে নিকটস্থ হাসপাতালে যান।

## পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া

প্রতিদিনের নির্দেশিত মাত্রায় সেবন করলে তেমন কোনো পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া নেই।

## গর্ভাবস্থায় ও স্তন্যদানকালে ব্যবহার

এমএমএস শুধুমাত্র গর্ভাবস্থায় সেবনীয়।

## শিশুদের ও কিশোরদের ক্ষেত্রে ব্যবহার

শিশু এবং কিশোরীদের জন্য সেবনযোগ্য নয়।

## অন্য ওষুধের সাথে প্রতিক্রিয়া

অন্য ওষুধের সাথে কোনো প্রতিক্রিয়া এখন পর্যন্ত পরিলক্ষিত হয় নি।

## অতিমাত্রা

পুষ্টি উপাদানের সর্বোচ্চ সহনীয় মাত্রা ইউনিম্যাপ ফর্মুলার তুলনায় উল্লেখযোগ্যভাবে বেশী, সুতরাং উচ্চমাত্রায় পুষ্টি উপাদান গ্রহণ করার ফলে সাধারণ মানুষের প্রায় কারো ক্ষেত্রেই তেমন কোনো বিরূপ প্রতিক্রিয়া পরিলক্ষিত হয়নি।

## সংরক্ষণ

শিশুদের নাগালের বাইরে রাখুন। আলো ও আর্দ্রতা থেকে দূরে এবং ১৫°-৩০°সে. তাপমাত্রার মধ্যে রাখুন।

## সরবরাহ

ফুলকেয়ার ট্যাবলেট: প্রতি বাক্সে আছে ৩০ টি ফিল্ম কোটেড/পাতলা আবরণযুক্ত ৩x১০ টি ট্যাবলেটের এ্যালু-এ্যালু প্যাক।



SMC

প্রস্তুতকারক

সোশ্যাল মার্কেটিং কোম্পানী,

৩৩, বনানী সি/এ, ঢাকা, বাংলাদেশ এর জন্য রেনাটা লিমিটেড, মিরপুর, ঢাকা, বাংলাদেশ কর্তৃক প্রস্তুত।