PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS: S0

GENOLOGIX CDP CHOLINE 500mg harde kapsules

Sitikolien (CDP-cholien) 500 mg per daaglikse dosis (2 kapsules, elk met 250 mg)
Suikervry

KOMPLEMENTÊRE MEDISYNE
Gesondheidsaanvulling
Hierdie ongeregistreerde medisyne is nie deur SAHPRA vir sy kwaliteit, veiligheid of beoogde gebruik geëvalueer nie.

Hierdie inligtingsblad is ook in Engels beskikbaar op die produkbladsye by https://genologix.co.za/product/genologix-cdp-choline-citicoline-500mg-30-days-supply/ (30-dae-pak) en https://genologix.co.za/product/genologix-cdp-choline-citicoline-500mg-bulk-120-days-supply/ (120-dae-pak).

Lees hierdie hele inligtingsblad aandagtig deur, omdat dit belangrike inligting vir jou bevat

Genologix CDP Choline 500mg is sonder ’n doktersvoorskrif beskikbaar sodat jy jou gesondheid kan onderhou. Nietemin moet jy Genologix CDP Choline 500mg steeds versigtig gebruik om die beste resultate daaruit te kry.

- Hou hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees dat jy dit weer lees.
- Moenie Genologix CDP Choline 500mg met enigiemand anders deel nie.
- Vra gerus jou gesondheidsorgverskaffer of apteker indien jy verdere inligting of advies nodig het.

Wat is in hierdie inligtingsblad

1. Wat Genologix CDP Choline 500mg is en waarvoor dit gebruik word
2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix CDP Choline 500mg neem
3. Hoe om Genologix CDP Choline 500mg te neem
4. Moontlike newe-effekte
5. Hoe om Genologix CDP Choline 500mg te bêre
6. Inhoud van die pak en ander inligting

1. Wat Genologix CDP Choline 500mg is en waarvoor dit gebruik word

Genologix CDP Choline 500mg is ’n gesondheidsaanvulling. Dit bevat sitikolien (sitidien-5′-difosfocholien, ook bekend as CDP-cholien), ’n natuurlike bron van cholien.

Jou liggaam gebruik cholien om selmembrane en asetielcholien te maak. Asetielcholien is ’n chemiese boodskapper in die senuweestelsel.

Genologix CDP Choline 500mg:

- help om lewerfunksie te ondersteun; en
- is ’n faktor in die onderhoud van goeie gesondheid.

2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix CDP Choline 500mg neem

Moenie Genologix CDP Choline 500mg neem nie:

- indien jy hipersensitief (allergies) is vir sitikolien (CDP-cholien) of enige van die ander bestanddele van Genologix CDP Choline 500mg (soos in afdeling 6 gelys).

Waarskuwings en voorsorgmaatreëls

Wees veral versigtig met Genologix CDP Choline 500mg. Praat met jou dokter of apteker voordat jy dit neem:

- indien jy lae of hoë bloeddruk het;
- indien jy medisyne vir Parkinson se siekte neem (sien “Ander medisynes en Genologix CDP Choline 500mg”); of
- indien jy enige ander medisyne neem wat deur jou dokter voorgeskryf is.

Cholien uit ander aanvullings moet in ag geneem word wanneer jy Genologix CDP Choline 500mg neem.

Kinders en adolessente

Moenie Genologix CDP Choline 500mg aan kinders en adolessente onder 18 jaar gee nie. Die veiligheid daarvan in hierdie ouderdomsgroep is nie vasgestel nie.

Ander medisynes en Genologix CDP Choline 500mg

Sê altyd vir jou gesondheidsorgverskaffer indien jy enige ander medisyne neem. (Dit sluit alle komplementêre of tradisionele medisynes in.)

Sitikolien kan die effek van levodopa, 'n medisyne wat vir Parkinson se siekte gebruik word, verhoog. Praat met jou dokter voordat jy dit saam neem.

Genologix CDP Choline 500mg saam met voedsel, drank en alkohol

Neem Genologix CDP Choline 500mg saam met voedsel (sien afdeling 3). Geen interaksies met drank of alkohol is bekend nie.

Swangerskap, borsvoeding en vrugbaarheid

Die veiligheid van Genologix CDP Choline 500mg tydens swangerskap en borsvoeding is nie vasgestel nie. Dit word nie aanbeveel indien jy swanger is of borsvoed nie.

Indien jy swanger is of borsvoed, vermoed dat jy swanger is of beplan om swanger te raak, raadpleeg asseblief jou dokter, apteker of ander gesondheidsorgverskaffer vir advies voordat jy hierdie medisyne neem.

Bestuur en die gebruik van masjiene

Genologix CDP Choline 500mg behoort nie jou vermoë om te bestuur of masjiene te gebruik, te beïnvloed nie.

Dit is nie altyd moontlik om te voorspel in watter mate Genologix CDP Choline 500mg met jou daaglikse aktiwiteite sal inmeng nie. Moenie bestuur, masjinerie gebruik of aan aktiwiteite deelneem waarvoor jy wakker en oplettend moet wees voordat jy weet hoe Genologix CDP Choline 500mg jou beïnvloed nie.

Genologix CDP Choline 500mg bevat

Genologix CDP Choline 500mg bevat geen suiker en geen versoeters nie.

3. Hoe om Genologix CDP Choline 500mg te neem

Moenie medisyne wat vir jou voorgeskryf is met enigiemand anders deel nie.

Neem Genologix CDP Choline 500mg altyd presies soos wat in hierdie inligtingsblad beskryf is of soos wat jou dokter of apteker jou aangesê het. Raadpleeg jou dokter of apteker indien jy onseker is.

Volwassenes (18 jaar en ouer): neem twee (2) kapsules per dag. Dit verskaf 500 mg sitikolien.

Jy kan albei kapsules saam in die oggend neem, of een in die oggend en een middag.

Moenie meer as twee (2) kapsules binne 24 uur neem nie.

Kinders en adolessente onder 18 jaar: Genologix CDP Choline 500mg is nie vir hierdie ouderdomsgroep bedoel nie.

Hoe om dit te neem:

1. Neem die kapsules in die oggend.
2. Neem dit saam met voedsel.
3. Sluk die kapsules heel met 'n glas water.
4. Hou op om Genologix CDP Choline 500mg te neem indien jy enige newe-effekte ervaar (sien afdeling 4).

'n Gevarieerde dieet is die doeltreffendste en veiligste manier om goeie voeding, gesondheid, liggaamsamestelling en verstandelike en fisieke prestasie te verkry.

Indien jy meer Genologix CDP Choline 500mg neem as wat jy moet

Indien jy te veel kapsules neem, kan jy hoofpyn, maagongesteldheid of slaapprobleme kry.

In geval van 'n oordosis, raadpleeg jou dokter of apteker. Indien nie een van die twee beskikbaar is nie, kontak die naaste hospitaal of gifsentrum.

Indien jy vergeet om Genologix CDP Choline 500mg te neem

Indien jy 'n dosis vergeet, neem jou volgende dosis op die gewone tyd.

Moenie 'n dubbele dosis neem om vir 'n vergete dosis te vergoed nie.

Indien jy ophou om Genologix CDP Choline 500mg te neem

Jy kan enige tyd ophou om Genologix CDP Choline 500mg te neem. Geen onttrekkingseffekte word verwag nie.

4. Moontlike newe-effekte

Genologix CDP Choline 500mg kan newe-effekte hê.

Nie alle newe-effekte wat vir Genologix CDP Choline 500mg gerapporteer is, is in hierdie inligtingsblad ingesluit nie. Indien jou algemene gesondheid verswak of indien jy enige ongewenste effekte ervaar terwyl jy Genologix CDP Choline 500mg neem, raadpleeg asseblief jou gesondheidsorgverskaffer vir advies.

Indien enige van die volgende gebeur, hou op om Genologix CDP Choline 500mg te neem en sê dadelik vir jou dokter, of gaan na die ongevalle-afdeling by jou naaste hospitaal:

- swelling van die hande, voete, enkels, gesig, lippe, mond of keel, wat probleme met sluk of asemhaling kan veroorsaak,
- uitslag of gejeuk,
- floute.

Hierdie is alles baie ernstige newe-effekte. Indien jy dit ervaar, het jy moontlik ’n ernstige reaksie op Genologix CDP Choline 500mg gehad. Jy benodig moontlik dringende mediese aandag of hospitalisasie.

Sê vir jou dokter indien jy enige van die volgende opmerk:

Frekwensie onbekend:

- hoofpyn,
- naarheid (naar voel), maagpyn of diarree,
- rusteloosheid of sukkel om te slaap (slapeloosheid),
- duiseligheid,
- veranderinge in bloeddruk.

Indien jy enige newe-effekte opmerk wat nie in hierdie inligtingsblad genoem word nie, lig asseblief jou dokter of apteker daarvan in.

Rapportering van newe-effekte

Indien jy newe-effekte ervaar, praat met jou dokter of apteker. Jy kan newe-effekte ook aan SAHPRA rapporteer d.m.v. die Med Safety-toepassing (Medsafety X SAHPRA) en die e-rapporteringplatform (who-umc.org) wat op SAHPRA se webwerf gevind kan word. Deur newe-effekte te rapporteer, kan jy help om meer inligting oor die veiligheid van Genologix CDP Choline 500mg te verskaf.

Jy kan newe-effekte ook direk aan Genologix rapporteer deur die newe-effek-verslagvorm op ons webwerf by https://genologix.co.za/adr-form-page/ te voltooi, of deur ons by 087 094 0594, WhatsApp 060 532 8317 of info@genologix.co.za te kontak.

5. Hoe om Genologix CDP Choline 500mg te bêre

Bêre alle medisynes buite bereik van kinders.

- Bêre op ’n koel, droë plek by of onder 25 °C.
- Beskerm teen lig en vog.
- Hou die kapsules in die oorspronklike houer. Maak die houer ná elke gebruik weer styf toe.
- Moenie in ’n badkamer bêre nie.
- Moenie ná die vervaldatum wat op die houer gedruk is, gebruik nie.
- Moenie Genologix CDP Choline 500mg gebruik indien die seël van die houer gebreek is of die kapsules beskadig of verkleurd lyk nie.

Neem alle ongebruikte medisyne terug na jou apteker.

Moenie ongebruikte medisyne in dreine of rioolstelsels (bv. toilette) weggooi nie.

6. Inhoud van die pak en ander inligting

Wat Genologix CDP Choline 500mg bevat

Die aktiewe bestanddeel is sitikolien (sitidien-5′-difosfocholien).

Aktiewe bestanddeel	Per kapsule	Per daaglikse dosis (2 kapsules)
Sitidien-5′-difosfocholien (sitikolien, CDP-cholien)	250 mg	500 mg
verskaf cholien	53,3 mg	106,7 mg

Die ander bestanddele is mikrokristallyne sellulose en hipromellose (die vegan-kapsuleomhulsel).

Mikrokristallyne sellulose is ’n plantvesel wat as vulstof gebruik word. Dit verseker dat elke kapsule die korrekte hoeveelheid van die aktiewe bestanddeel bevat. Hierdie bestanddele is nie aktiewe bestanddele nie. Dit word slegs gebruik om ons te help om die kapsules akkuraat en eenvormig te vervaardig.

Hoe Genologix CDP Choline 500mg lyk en die inhoud van die pak

Deursigtige, harde vegan- (hipromellose-) kapsules gevul met ’n wit poeier.

Genologix CDP Choline 500mg is in twee pakgroottes beskikbaar: 60 kapsules (30 daaglikse dosisse) en 240 kapsules (120 daaglikse dosisse). Albei is verpak in ’n hersluitbare, gelamineerde, ligwerende houer.

Houer van Registrasiesertifikaat

Genologix Distributors (Pty) Ltd
Nguni Business Park
1 Nguni Way
Waterfall, KwaZulu-Natal
3610
Suid-Afrika
Tel: 087 094 0594
WhatsApp: 060 532 8317
E-pos: info@genologix.co.za

Hierdie inligtingsblad is laas hersien op

11 November 2026

Registrasienommer

Nie van toepassing nie. Ongeregistreerde komplementêre medisyne, Wet 101 van 1965.

Toegang tot die ooreenstemmende Professionele Inligtingsblad

Die Professionele Inligtingsblad vir Genologix CDP Choline 500mg is op versoek by Genologix beskikbaar by 087 094 0594 of info@genologix.co.za. Rig jou korrespondensie vir die aandag van die Verantwoordelike Apteker.