PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS: S0

GENOLOGIX ZINC GLUCONATE 150mg harde kapsules

Sinkglukonaat 150 mg per daaglikse dosis (1 kapsule), wat 20 mg sink verskaf
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 by https://genologix.co.za/product/genologix-zinc-gluconate-20mg-bulk-120-days-supply/

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

Genologix Zinc Gluconate 150mg is sonder ’n doktersvoorskrif beskikbaar sodat jy jou gesondheid kan onderhou. Nietemin moet jy Genologix Zinc Gluconate 150mg steeds versigtig gebruik om die beste resultate daaruit te kry.

- Hou hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees dat jy dit weer lees.
- Moenie Genologix Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg is en waarvoor dit gebruik word
2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Zinc Gluconate 150mg neem
3. Hoe om Genologix Zinc Gluconate 150mg te neem
4. Moontlike newe-effekte
5. Hoe om Genologix Zinc Gluconate 150mg te bêre
6. Inhoud van die pak en ander inligting

1. Wat Genologix Zinc Gluconate 150mg is en waarvoor dit gebruik word

Genologix Zinc Gluconate 150mg is ’n gesondheidsaanvulling. Dit bevat sinkglukonaat, ’n goed-geabsorbeerde vorm van die mineraal sink.

Genologix Zinc Gluconate 150mg:

- dra by tot die handhawing van immuunfunksie;
- dra by tot die handhawing van normale vel, hare en naels;
- dra by tot die beskerming van selle teen oksidatiewe stres; en
- is ’n faktor in die onderhoud van goeie gesondheid.

2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Zinc Gluconate 150mg neem

Moenie Genologix Zinc Gluconate 150mg neem nie:

- indien jy hipersensitief (allergies) is vir sinkglukonaat of enige van die ander bestanddele van Genologix Zinc Gluconate 150mg (soos in afdeling 6 gelys).

Waarskuwings en voorsorgmaatreëls

Wees veral versigtig met Genologix Zinc Gluconate 150mg. Praat met jou dokter of apteker voordat jy dit neem:

- indien jy niersiekte het; of
- indien jy enige van die medisynes neem wat onder “Ander medisynes en Genologix Zinc Gluconate 150mg” gelys is.

Sink uit ander aanvullings (soos multivitamiene) moet in ag geneem word wanneer jy Genologix Zinc Gluconate 150mg neem. Om vir ’n lang tyd meer as 25 mg sink per dag te neem, kan koppervlakke in die liggaam verlaag.

Kinders en adolessente

Moenie Genologix Zinc Gluconate 150mg aan kinders en adolessente onder 18 jaar gee nie. Die veiligheid daarvan in hierdie ouderdomsgroep is nie vasgestel nie.

Ander medisynes en Genologix Zinc Gluconate 150mg

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

Sink kan die absorpsie van sommige medisynes verminder, en sommige medisynes en minerale kan die absorpsie van sink verminder. Neem Genologix Zinc Gluconate 150mg ten minste 2 uur apart van:

- antibiotika soos tetrasikliene (bv. doksisiklien) of kinolone (bv. siprofloksasien);
- penisillamien (wat vir rumatoïede artritis en Wilson se siekte gebruik word);
- yster- of kalsiumaanvullings.

Genologix Zinc Gluconate 150mg saam met voedsel, drank en alkohol

Neem Genologix Zinc Gluconate 150mg saam met voedsel, om die kans op ’n omgekrapte maag te verminder (sien afdeling 3).

Swangerskap, borsvoeding en vrugbaarheid

Indien jy swanger is of borsvoed, raadpleeg jou gesondheidsorgverskaffer voordat jy Genologix Zinc Gluconate 150mg neem.

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 Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg jou beïnvloed nie.

Genologix Zinc Gluconate 150mg bevat

Genologix Zinc Gluconate 150mg bevat geen suiker en geen versoeters nie.

3. Hoe om Genologix Zinc Gluconate 150mg te neem

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

Neem Genologix Zinc Gluconate 150mg 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 een (1) kapsule een keer per dag. Dit verskaf 20 mg sink.

Moenie meer as een (1) kapsule binne 24 uur neem nie.

Kinders en adolessente onder 18 jaar: Genologix Zinc Gluconate 150mg is nie vir hierdie ouderdomsgroep bedoel nie.

Hoe om dit te neem:

1. Neem die kapsule saam met voedsel.
2. Sluk die kapsule heel met ’n glas water.
3. Hou op om Genologix Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg neem as wat jy moet

Indien jy te veel kapsules neem, kan jy naarheid, braking, maagkrampe of diarree 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 Zinc Gluconate 150mg te neem

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

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

Indien jy ophou om Genologix Zinc Gluconate 150mg te neem

Jy kan enige tyd ophou om Genologix Zinc Gluconate 150mg te neem. Geen onttrekkingseffekte word verwag nie.

4. Moontlike newe-effekte

Genologix Zinc Gluconate 150mg kan newe-effekte hê.

Nie alle newe-effekte wat vir Genologix Zinc Gluconate 150mg gerapporteer is, is in hierdie inligtingsblad ingesluit nie. Indien jou algemene gesondheid verswak of indien jy enige ongewenste effekte ervaar terwyl jy Genologix Zinc Gluconate 150mg neem, raadpleeg asseblief jou gesondheidsorgverskaffer vir advies.

Indien enige van die volgende gebeur, hou op om Genologix Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg gehad. Jy benodig moontlik dringende mediese aandag of hospitalisasie.

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

Frekwensie onbekend:

- naarheid (naar voel), veral op ’n leë maag,
- maagongesteldheid of maagkrampe,
- ’n metaalsmaak in die mond.

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 Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg 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 Zinc Gluconate 150mg gebruik indien die seël van die houer gebreek is of die kapsules beskadig 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 Zinc Gluconate 150mg bevat

Die aktiewe bestanddeel is sinkglukonaat.

Aktiewe bestanddeel	Per kapsule	Per daaglikse dosis (1 kapsule)
Sinkglukonaat	150 mg	150 mg
verskaf sink (elementêr)	20 mg	20 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 Zinc Gluconate 150mg lyk en die inhoud van die pak

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

120 kapsules (120 daaglikse dosisse) 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 Zinc Gluconate 150mg 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.