PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS: S0

GENOLOGIX OMEGA 3 FISH OIL 1500mg sagte kapsules

Visolie 36:24 TG 2 500 mg per daaglikse dosis (2 sagte kapsules), wat eikosapentaeensuur (EPA) 900 mg en dokosaheksaeensuur (DHA) 600 mg verskaf (1 500 mg omega-3-vetsure)

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-omega-3-fish-oil-softgels-30-days-supply/ (30-dae-pak) en https://genologix.co.za/product/genologix-omega-3-fish-oil-softgels-bulk-120-days-supply/ (120-dae-pak).

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

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is sonder ’n doktersvoorskrif beskikbaar sodat jy jou gesondheid kan onderhou. Nietemin moet jy Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg steeds versigtig gebruik om die beste resultate daaruit te kry.

- Hou hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees dat jy dit weer lees.
- Moenie Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg is en waarvoor dit gebruik word
2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg neem
3. Hoe om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg te neem
4. Moontlike newe-effekte
5. Hoe om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg te bêre
6. Inhoud van die pak en ander inligting

1. Wat Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is en waarvoor dit gebruik word

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is ’n gesondheidsaanvulling. Dit bevat gekonsentreerde visolie, ’n bron van die omega-3-vetsure EPA (eikosapentaeensuur) en DHA (dokosaheksaeensuur).

Die visolie is in natuurlike trigliseried- (TG-) vorm, dieselfde vorm wat in vis voorkom.

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg:

- is ’n bron van omega-3-vetsure (EPA en DHA) vir die onderhoud van goeie gesondheid;
- help om kardiovaskulêre (hart-) gesondheid te handhaaf en te ondersteun;
- help om serumtrigliseriede (’n soort vet in die bloed) te verlaag; en
- help om kognitiewe gesondheid en breinfunksie te ondersteun.

2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg neem

Moenie Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg neem nie:

- indien jy hipersensitief (allergies) is vir vis, visolie, gelatien of enige van die ander bestanddele van Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg (soos in afdeling 6 gelys).

Waarskuwings en voorsorgmaatreëls

Wees veral versigtig met Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg. Praat met jou dokter of apteker voordat jy dit neem:

- indien jy ’n bloedingsversteuring het;
- indien jy medisynes neem wat die bloed verdun (sien “Ander medisynes en Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg”);
- indien jy asma het en sensitief is vir aspirien;
- indien jy ’n operasie of tandheelkundige operasie gaan ondergaan; of
- indien jy diabetes of lewersiekte het.

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is van seekos afkomstig.

Kinders en adolessente

Moenie Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg aan kinders en adolessente onder 18 jaar gee nie. Die veiligheid daarvan in hierdie ouderdomsgroep is nie vasgestel nie.

Ander medisynes en Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg

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

Omega-3-vetsure kan die effek verhoog van medisynes wat die bloed verdun of bloedklonte voorkom, soos:

- warfarien,
- aspirien of klopidogrel,
- ander anti-inflammatoriese medisynes (NSAIM's, bv. ibuprofen).

Omega-3-vetsure kan bloeddruk effens verlaag. Praat met jou gesondheidsorgverskaffer indien jy medisyne vir hoë bloeddruk neem.

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg saam met voedsel, drank en alkohol

Neem Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg saam met voedsel. Dit help jou liggaam om die olie te absorbeer en verminder die kans op 'n visagtige nasmaak of maagongesteldheid.

Swangerskap, borsvoeding en vrugbaarheid

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is nie bedoel vir gebruik tydens swangerskap of borsvoeding nie. Indien jy swanger is of borsvoed, raadpleeg jou gesondheidsorgverskaffer voordat jy dit 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg jou beïnvloed nie.

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg bevat vis, beesgelatien en sulfiete

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg word van visolie gemaak. Moenie dit neem indien jy allergies is vir vis nie. Die sagte kapsule-omhulsel word van bees- (beesvleis-) gelatien gemaak, en dit is dus nie geskik vir vegetariërs of vegane nie. Die visolie kan baie klein hoeveelhede sulfiete bevat. Dit bevat geen suiker en geen versoeters nie.

3. Hoe om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg te neem

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

Neem Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg 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) sagte kapsules een keer per dag. Dit verskaf 900 mg EPA en 600 mg DHA.

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

Kinders en adolessente onder 18 jaar: Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is nie vir hierdie ouderdomsgroep bedoel nie.

Hoe om dit te neem:

1. Neem die sagte kapsules saam met voedsel.
2. Sluk die sagte kapsules heel met 'n glas water. Moenie dit kou of oopmaak nie.
3. Jy kan albei kapsules saam neem, of een saam met ontbyt en een saam met aandete.
4. Hou op om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg neem as wat jy moet

Indien jy te veel sagte kapsules neem, kan jy maagongesteldheid, naarheid, los stoelgang of diarree kry. Baie hoë dosisse kan die risiko van bloeding verhoog.

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 Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg te neem

Jy kan enige tyd ophou om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg te neem. Geen onttrekkingseffekte word verwag nie.

4. Moontlike newe-effekte

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg kan newe-effekte hê.

Nie alle newe-effekte wat vir Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg gerapporteer is, is in hierdie inligtingsblad ingesluit nie. Indien jou algemene gesondheid verswak of indien jy enige ongewenste effekte ervaar terwyl jy Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg neem, raadpleeg asseblief jou gesondheidsorgverskaffer vir advies.

Indien enige van die volgende gebeur, hou op om Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg gehad. Jy benodig moontlik dringende mediese aandag of hospitalisasie.

ongewone bloeding of kneusing, neusbloeding of bloeiende tandvleis.

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

Frekwensie onbekend:

- visagtige nasmaak of oprispings (“visoprispings”),
- slegte asem,
- sooibrand, slegte spysvertering of naarheid (naar voel),
- los stoelgang of diarree.

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 Omega 3 Fish Oil 1500mg 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg te bêre

Bêre alle medisynes buite bereik van kinders.

- Bêre op ’n koel, droë plek by of onder 25 °C.
- Beskerm teen lig, hitte en vog.
- Hou die sagte kapsules in die oorspronklike houer. Maak die houer ná elke gebruik weer styf toe.
- Moenie in ’n badkamer of in ’n warm motor bêre nie.
- Moenie ná die vervaldatum wat op die houer gedruk is, gebruik nie.
- Moenie Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg gebruik indien die seël van die houer gebreek is, of indien die sagte kapsules lek, aan mekaar vassit of sterk galsterig ruik 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg bevat

Die aktiewe bestanddeel is visolie 36:24 TG (gekonsentreerde visolie in trigliseriedvorm), wat die omega-3-vetsure EPA en DHA verskaf.

Aktiewe bestanddeel	Per sagte kapsule	Per daaglikse dosis (2 sagte kapsules)
Visolie 36:24 TG [sardien (*Sardina pilchardus*) en/of ansjovis (*Engraulis ringens*)]	1 250 mg	2 500 mg
verskaf eikosapentaeensuur (EPA)	450 mg	900 mg
verskaf dokosaheksaeensuur (DHA)	300 mg	600 mg
totale omega-3 (EPA + DHA)	750 mg	1 500 mg
res: ander vetsure en vitamien E-olie	500 mg	1 000 mg

Die ander bestanddele is gelatien (bees), gliserien en vitamien E-olie. Gelatien en gliserien vorm die sagte kapsule-omhulsel. Vitamien E-olie is ’n natuurlike antioksidant wat by die visolie gemeng word om dit teen bederf te beskerm.

Hoe Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg lyk en die inhoud van die pak

Liggeel, deursigtige, langwerpige sagte gelatienkapsules gevul met ’n helder, liggeel olie.

Genologix Omega 3 Fish Oil 1500mg is in twee pakgroottes beskikbaar: 60 sagte kapsules (30 daaglikse dosisse) en 240 sagte 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 Omega 3 Fish Oil 1500mg 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.