PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS: S0

GENOLOGIX APPLE CIDER VINEGAR 1000mg harde kapsules

Appelasynpoeier (Malus domestica-vrugte), gestandaardiseer tot nie minder nie as 5% totale sure, 1 000 mg per daaglikse dosis (3 kapsules, elk met 333,3 mg)

Suikervry

KOMPLEMENTÊRE MEDISYNE

Westerse Kruiemedisyne

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-apple-cider-vinegar-1000mg-bulk-120-days-supply/

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

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg is sonder ’n doktersvoorskrif beskikbaar sodat jy jou gesondheid kan onderhou. Nietemin moet jy Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg steeds versigtig gebruik om die beste resultate daaruit te kry.

- Hou hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees dat jy dit weer lees.
- Moenie Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg is en waarvoor dit gebruik word
2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg neem
3. Hoe om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg te neem
4. Moontlike newe-effekte
5. Hoe om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg te bêre
6. Inhoud van die pak en ander inligting

1. Wat Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg is en waarvoor dit gebruik word

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg is ’n Westerse kruiemedisyne. Dit bevat appelasyn in poeiervorm, gemaak van gefermenteerde appels (*Malus domestica*). Die natuurlike sure daarvan, hoofsaaklik asynsuur, gee asyn sy suur smaak.

Met die kapsules kan jy appelasyn neem sonder die suur smaak en sonder skade aan jou tande.

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg:

- word tradisioneel in Westerse kruiemedisyne gebruik om gesonde spysvertering te ondersteun.

Indien jou spysverteringsimptome voortduur of vererger, raadpleeg jou dokter of ander gesondheidsorgverskaffer.

2. Wat jy moet weet voordat jy Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg neem

Moenie Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg neem nie:

- indien jy hipersensitief (allergies) is vir appel of appelasyn of enige van die ander bestanddele van Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg (soos in afdeling 6 gelys).

Waarskuwings en voorsorgmaatreëls

Wees veral versigtig met Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg. Praat met jou dokter of apteker voordat jy dit neem:

- indien jy ’n maagseer, erge sooibrand of refluks, of sukkel om te sluk;
- indien jy lae kaliumvlakke in jou bloed het;
- indien jy diabetes het of medisyne neem om jou bloedsuiker te verlaag; of
- indien jy enige van die medisynes neem wat onder “Ander medisynes en Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg” gelys is.

Kinders en adolessente

Moenie Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg aan kinders en adolessente onder 18 jaar gee nie. Die veiligheid daarvan in hierdie ouderdomsgroep is nie vasgestel nie.

Ander medisynes en Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg

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

Appelasyn in groot hoeveelhede kan kaliumvlakke of bloedsuiker verlaag. Alhoewel die hoeveelheid in hierdie produk klein is, praat met jou dokter of apteker voordat jy dit neem indien jy die volgende neem:

- digoksien (’n hartmedisyne);
- diuretika (“waterpille”), bv. furosemied of hidrochlorotiasied;
- insulien of ander medisynes vir diabetes.

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg saam met voedsel, drank en alkohol

Neem Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg met baie water (sien afdeling 3). Geen interaksies met voedsel of alkohol is bekend nie.

Swangerskap, borsvoeding en vrugbaarheid

Die veiligheid van Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg tydens swangerskap en borsvoeding is nie vasgestel 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg jou beïnvloed nie.

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg bevat

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg bevat geen suiker en geen versoeters nie.

3. Hoe om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg te neem

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

Neem Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg 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 drie (3) kapsules een keer per dag. Dit verskaf 1 000 mg appelasynpoeier.

Moenie meer as drie (3) kapsules binne 24 uur neem nie.

Kinders en adolessente onder 18 jaar: Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg is nie vir hierdie ouderdomsgroep bedoel nie.

Hoe om dit te neem:

1. Neem die kapsules in die oggend.
2. Neem dit indien moontlik op ’n leë maag. Indien dit jou maag omkrap, neem dit saam met voedsel.
3. Sluk die kapsules heel met ’n vol glas water. Moenie die kapsules oopmaak nie.
4. Hou op om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg neem as wat jy moet

Indien jy te veel kapsules neem, kan jy sooibrand, naarheid of ’n omgekrapte maag 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg te neem

Jy kan enige tyd ophou om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg te neem. Geen onttrekkingseffekte word verwag nie.

4. Moontlike newe-effekte

Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg kan newe-effekte hê.

Nie alle newe-effekte wat vir Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg gerapporteer is, is in hierdie inligtingsblad ingesluit nie. Indien jou algemene gesondheid verswak of indien jy enige ongewenste effekte ervaar terwyl jy Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg neem, raadpleeg asseblief jou gesondheidsorgverskaffer vir advies.

Indien enige van die volgende gebeur, hou op om Genologix Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg gehad. Jy benodig moontlik dringende mediese aandag of hospitalisasie.

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

Frekwensie onbekend:

- sooibrand of slegte spysvertering,
- naarheid (naar voel) of ’n omgekrapte maag,
- irritasie van die keel indien ’n kapsule vassit (neem altyd met ’n vol glas water).

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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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 Apple Cider Vinegar 1000mg bevat

Die aktiewe bestanddeel is appelasynpoeier (van die vrugte van *Malus domestica*, appel), gestandaardiseer tot nie minder nie as 5% totale sure (as asynsuur).

Aktiewe bestanddeel	Per kapsule	Per daaglikse dosis (3 kapsules)
Appelasynpoeier [*Malus domestica*-vrugte], nie minder nie as 5% totale sure	333,3 mg	1 000 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 Apple Cider Vinegar 1000mg lyk en die inhoud van die pak

Deursigtige, harde vegan- (hipromellose-) kapsules gevul met ’n naaswit tot liggeel poeier. Die poeier kan effens na asyn ruik. Dit is normaal.

Die poeier in die kapsules kom van natuurlike appelmateriaal, en daarom kan die kleur van lot tot lot verskil. Dit kan ligter of donkerder wees. Dit is normaal. Dit word veroorsaak deur natuurlike faktore soos die appeloes en die fermentasieproses. Dit beïnvloed nie die kwaliteit van die produk nie.

360 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 Apple Cider Vinegar 1000mg 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.