

Spiromum

(Spirulina)

Composition: Cap Spiromum 500 mg Capsule

:Each capsule contains Spirulina dry powder 500 mg.

Description :Spirulina is a simple one-celled microscopic blue green algae with the scientific name *Arthrospira Platensis*. Under a microscope, spirulina appears as long, thin, blue green spiral threads. It is mostly found in Asia, Africa and central America. Because of its hundreds of health benefits, it is called "future food" or "super food". Spirulina is often deemed the most nutritionally complete of all food supplements, containing a rich supply of many important nutrients, including protein, complex carbohydrates, iron and vitamins. It contains much more vitamins than a typical synthetic vitamin or any vegetarian meal. It also has essential and non-essential amino acids that are ten times more than meat. It also has a high supply of carotenoids such as beta carotene and yellow xanthophylls which have antioxidant properties. Spirulina is used for the treatment and prevention of malnutrition, diabetes, arthritis, asthma, hyperglycemia, anemia, allergic rhinitis and to enhance immunity. Spirulina helps to maintain healthy eyes and skin.

Pharmacology :Spirulina or *Arthrospira* is a blue-green alga that became famous after it was successfully used by NASA as a dietary supplement for astronauts on space missions. It has the ability to modulate immune functions and exhibits anti-inflammatory properties by inhibiting the release of histamine by mast cells.

Indications & Uses: Cap Spiromum is indicated for-

- Malnutrition
- Immune deficiency
- Diabetes
- lower cholesterol, LDL and triglyceride levels
- Protects HDL cholesterol
- Effective against anemia
- Improve muscle strength and endurance
- Maintain Eye and Oral Health
- Anti-cancer properties
- Reduce blood pressure
- Improves symptoms of allergic rhinitis

Dosage & Administration: 1 to 2 capsules daily or as advised by the physician.

Interaction: There are no reports suggesting that spirulina interacts with any conventional medication.

Contraindications: Spirulina is contraindicated in those who are hypersensitive to any component of this product.

Side Effects: Cap Spirumum is generally well tolerated. Occasional diarrhea, gastrointestinal discomfort, such as nausea have been reported. Also there are few reports of allergic reactions to spirulina containing supplements.

Pregnancy & Lactation: Before taking **Cap Spirumum** pregnant or breast-feeding women should talk to the physician.

Storage: Do not store above 30°C, protect from light & moisture. Keep out of reach of children.

Packs: Spirumum 500 mg Capsule : Each box contains 3×10 capsules in Alu-Alu blister pack.

স্পাইরোমাম (স্পিরলিনা)

উপাদান: স্পাইরোমাম ৫০০ মিঃ গ্রাঃ ক্যাপসুল : প্রতিটি ক্যাপসুলে আছে স্পিরলিনা শুষ্ক পাউডার ৫০০ মিলিগ্রাম।

বর্ণনা: স্পিরলিনা হল একটি সাধারণ এক-কথিত মাইক্রোস্কোপিক নীল সবুজ শৈবাল যার বৈজ্ঞানিক নাম *Arthrospira Platensis*। একটি অণুবীক্ষণ যন্ত্রের নীচে, স্পিরলিনা লম্বা, পাতলা, নীল সবুজ সর্পিল থ্রেড হিসাবে দেখা যায়। এটি বেশিরভাগ এশিয়া, আফ্রিকা এবং মধ্য আমেরিকায় পাওয়া যায়। এর শত শত স্বাস্থ্য উপকারিতার কারণে একে "ভবিষ্যত খাদ্য" বা "সুপার ফুড" বলা হয়। স্পিরলিনা প্রোটিন, কার্বোহাইড্রেট, আয়রন এবং ভিটামিন সহ অনেক গুরুত্বপূর্ণ পুষ্টি সমৃদ্ধ এক ভেষজ। স্পিরলিনাকে প্রায়শই সমস্ত খাদ্য সম্পূরকগুলির মধ্যে সবচেয়ে পুষ্টিকর হিসাবে বিবেচনা করা হয়। এটিতে একটি সাধারণ সিঙ্কেটিক ভিটামিন বা যেকোনো নিরামিষ খাবারের চেয়ে অনেক বেশি ভিটামিন রয়েছে। এতে অত্যাবশ্যকীয় এবং অপ্রয়োজনীয় অ্যামিনো অ্যাসিড রয়েছে যা মাংসের চেয়ে দশগুণ বেশি। এটিতে বিটা ক্যারোটিন এবং হলুদ জ্যাক্বিন্টের মতো ক্যারোটিনয়েডের উচ্চ সরবরাহ রয়েছে যার অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট বৈশিষ্ট্য রয়েছে। স্পিরলিনা অপুষ্টি, ডায়াবেটিস, আর্থ্রাইটিস, হাঁপানি, হাইপারগ্লাইসেমিয়া, রক্তচাপ, অ্যালার্জিক রাইনাইটিস, এবং রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে ব্যবহৃত হয়। স্পিরলিনা স্বাস্থ্যকর চোখ এবং ত্বকের আদ্রতা বজায় রাখতে সাহায্য করে।

ফার্মাকোলজি: স্পিরলিনা বা আর্থ্রোস্পিরা হল একটি নীল-সবুজ শৈবাল যা NASA দ্বারা মহাকাশ মিশনে মহাকাশচারীদের জন্য একটি খাদ্যতালিকাগত পরিপূরক হিসাবে সফলভাবে ব্যবহার করার পরে বিখ্যাত হয়ে ওঠে। এটি ইমিউন ফাংশনগুলিকে সংশোধন করার ক্ষমতা রাখে এবং মাস্ট কোষ দ্বারা হিস্টামিন নিঃসরণকে বাধা দিয়ে প্রদাহ-বিরোধী বৈশিষ্ট্যগুলি প্রদর্শন করে।

নির্দেশনা :

ক্যাপসুল স্পাইরোমাময়ে সকল রোগের ক্ষেত্রে নির্দেশিত

- অপুষ্টি,

- রক্তচাপ কমায়ে
- ডায়াবেটিস,
- কোলেস্টেরল, ট্রাইগ্লিসারাইডের এবং এলডিএল কোলেস্টেরলর মাত্রা কমায়ে
- এইচ.ডি.এল এর মাত্রা বাড়ায়
- ইমিউন ঘাটতি
- পেশী শক্তি এবং সহনশীলতা উন্নতকরে,
- ক্যান্সার-বিরোধী বৈশিষ্ট্য।

মাত্রা ও সেবনবিধি : ১-২ ক্যাপসুল দিনে ২-৩ বার বা চিকিৎসকের নির্দেশ অনুসারে সেব্য।

মিথক্রিয়া: এমন কোনও রিপোর্ট নেই যে স্পিরলিনা কোনও প্রচলিত ঔষধের সাথে মিথক্রিয়া করে।

বিপরীত প্রতিক্রিয়া : স্পিরলিনা যারা এই ঔষধের যেকোনো উপাদানের প্রতি অতিসংবেদনশীল তাদের ক্ষেত্রে নিষেধাজ্ঞা রয়েছে।

পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া: সঠিক মাত্রায় ক্যাপসুল স্পাইরোমামতে কোন উল্লেখযোগ্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া পরিলক্ষিত হয়নি। মাঝে মাঝে ডায়রিয়া, গ্যাস্ট্রোইনটেস্টাইনালে অস্বস্তি, যেমন বমি বমি ভাব হতে পারে। এছাড়াও কারো কারো এলার্জিক জাতীয় প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে।

গর্ভাবস্থা এবং স্তন্যদান: তেমন কোন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া নেই তবুও গর্ভবতী বা স্তন্যদানমহিলাদের ক্যাপসুল স্পাইরোমাম খাওয়ার আগে চিকিৎসকের সাথে কথা বলা উচিত।

সংরক্ষণ : ৩০°C এর উপরে সংরক্ষণ করবেন না, আলো এবং আর্দ্রতা থেকে রক্ষা করুন। শিশুদের নাগালের বাইরে রাখুন।

প্যাক : ক্যাপসুল স্পাইরোমাম ৫০০ মিঃ গ্রাঃ প্রতিটি বাক্সে আছে ৩x১০ ক্যাপসুল এ্যালুমিনিয়াম ব্লিস্টার প্যাকে।

