



## Virkning

### Kjære brukere,

Med formoline L112 har du kjøpt et produkt som kan gi deg en godt tolerert måte å gå ned i vekt og redusere høyt kolesterol på.

Hovedingrediensen i formoline L112 er den ufordøyelige aktive fiberen polyglukosamin L112. Det er av naturlig opprinnelse, og på grunn av sin struktur kan det binde store mengder lipider, dvs. fett, fettsyrer og kolesterol, i fordøyelseskanalen. Det bundne kostfettet vil da ikke absorberes, og kaloriene de inneholder er derfor ikke tilgjengelige for kroppen.

Selv et vekttap på 5 % gir helsegevinster. Du reduserer risikofaktorene for hjerte- og karsykdommer og lavere vekt gir også mindre belastning og slitasje på leddene dine.

Å ta polyglukosamin L112 fører til en betydelig større og raskere vektreduksjon (ca. 50 % mer) enn å ta placebo (uten aktiv ingrediens) under samme forhold som et moderat kosthold. Dette bekreftes av flere studier med en placebokontrollgruppe.

For eksempel viste det seg at litt over halvparten av pasientene på lett diett og L112 nådde målet på 5 % vektreduksjon etter bare tre måneder, og nesten alle (98 %) etter seks måneder. **I løpet av et år gikk pasientene i gjennomsnitt ned over 12 kg på L112.** Midjeomkretsen har gått ned med ca 13 cm. I tillegg utviklet blodverdier, som regnes som risikofaktorer for hjerte- og karsykdommer, seg betydelig bedre enn i kontrollgruppen. LDL-kolesterolet, som regnes som kritisk, falt med 12,9 % i denne studien.

Å gå ned i vekt og forbedre blodlipidnivåene har en positiv effekt på helseprognosen din på mellomlang og lang sikt. Det er verdt å konsekvent forfølge målet om bærekraftig vekttap.

PS: formoline L112 påvirker hovedsakelig fedme, som er forårsaket av fettriikt kosthold som fettriikt kjøtt, pølser, smør, ost, chips, nøtter, kaker eller stekt mat. Matvarer som er rike på sukker, for eksempel kaloririke drikker som brus eller alkohol, bør bare konsumeres i små mengder, da kaloriene de inneholder fortsetter å være fullt tilgjengelige for kroppen. Så ikke glem å spise et balansert, kalorireduert, sunt kosthold parallelt med behandlingen med formoline L112!

**Ekstra tips:** Bevegelse er bra for deg! Få kroppen i bevegelse med mer hverdagstrening og mosjon. Etterpå vil du føle deg bedre og ha forbrent flere kalorier!

## Lipidbinder

### ■ for vektreduksjon

### ■ for vektkontroll

#### med LDL-kolesterolsenkende følgeeffekt

formoline L112 reduserer fordøyeligheten av lipider gjennom fysisk binding og fører dermed til et redusert kaloriinntak. Dermed støtter det vektreduksjon, vedlikehold av vekttap og senking av LDL-kolesterol.

## Indikasjoner

For behandling av overvekt og fedme.

formoline L112 er beregnet på voksne med en kroppsmasseindeks (BMI) over 25 i kombinasjon med en kaloribegrenset diett.

## Sammensetning:

Aktiv fiber polyglukosamin L112 (73%): Spesifikasjon L112 av  $\beta$ -1,4-polymer fra D-glukosamin og N-acetyl-d-glukosamin fra **krepsdyrskall**.

Hjelpestoffer: Askorbinsyre, vinsyre, tabletteringshjelpestoffer (vegetabilsk magnesiumstearat, vegetabilsk cellulose, natriumsulfat, silika)

## Anbefalt inntak

### 2 tabletter 2 ganger daglig

Ta formoline L112 **ved de to måltidene med høyest fettinnhold.**

Ta tablettene utyggede sammen med mye lavkalorivæske (minst 250 ml) for å sikre transport til magen. Siden formoline L112 er et fiberrikt preparat, sørg for at du drikker minst 2 liter væske om dagen.

For å sikre behovet for essensielle fettsyrer og fettløselige vitaminer (A, D, E og K), anbefaler vi å ta formoline L112 kun med 2 av 3 hovedmåltider. For å gjøre dette, bør minst ett måltid med høykvalitetsoljer inntas hver dag, som forsyner organismen med fettløselige vitaminer og essensielle fettsyrer. Et multivitaminpreparat kan også supplere vitaminbehovet.

For vektkontroll kan dosen reduseres til 2 tabletter daglig.

## Bruker

formoline L112 er beregnet på voksne med overvekt eller fedme som ønsker å senke LDL-kolesterolet og redusere vekten ved å redusere kaloriinntaket.

### Hvem er definert som overvektig

Voksne regnes som overvektige fra en BMI (Body Mass Index) på 25 eller mer. Beregningsformelen er:

$$\text{BMI} = (\text{kroppsvekt i kg}) / (\text{høyde i meter})^2.$$

Du kan også bruke tabellen nedenfor for å finne ut om du er normalvektig for din høyde eller overvektig. Hvis du ikke er overvektig, er formoline L112 ikke nødvendig.

Kroppsstørrelse	Overvekt fra
1,50 m	56,5 kg
1,55 m	60,5 kg
1,60 m	64,0 kg
1,65 m	68,5 kg
1,70 m	72,5 kg
1,75 m	77,0 kg
1,80 m	81,0 kg
1,85 m	86,0 kg
1,90 m	90,5 kg
1,95 m	96,0 kg

## Kontraindikasjoner

### formoline L112 bør ikke tas av:

- Personer med kjent allergi mot krepsdyr eller noen av ingrediensene,
- Personer som er undervektige (BMI < 18,5 kg/m<sup>2</sup>),
- Gravide kvinner og under amming,
- Personer med kronisk forstoppelse, tarmobstruksjon eller ved
- langvarig bruk av medisiner som reduserer tarmaktiviteten.

### formoline L112 bør bare inntas etter å ha konsultert en lege i følgende tilfeller:

- Ved langvarig legemiddelinntak,
- Ved alvorlige gastrointestinale sykdommer og etter operasjoner i mage-tarmkanalen,
- For personer over 80 år

## Interaksjoner

På grunn av fettbindingskapasiteten til formoline L112, kan (fettløselige) farmasøytiske ingredienser (som

antiepileptika, blodfortynnende midler, hormonpreparater, orale prevensjonsmidler) og fettløselige vitaminer (A, D, E, K) bindes. Tilgjengeligheten av fettløselige (lipofile) virkestoffer kan reduseres. Det anbefales derfor at du holder et tidsintervall på minst fire timer mellom inntak av formoline L112 og medisiner/vitaminer.

Det anbefales ikke å ta formoline L112 med vitaminrike måltider (f.eks. salat, grønnsaker) med oljer av høy kvalitet eller omega-3 fettsyrer (laks osv.), da fettløselige vitaminer og essensielle fettsyrer kan være delvis bundet.

## Utsiktet overdose

Øk mengden du drikker, da bivirkninger hovedsakelig observeres når du drikker for lite væske. Den aktive fiberen i formoline L112 kan også anses som tålelig i større mengder. Som en forholdsregel, slutt å ta det og observer hvordan fordøyelsen din reagerer.

## Bivirkninger

Under inntak av formoline L112 kan midlertidige endringer i konsistensen av avføring forekomme. I svært sjeldne tilfeller er det rapportert om fordøyelsesproblemer (forstoppelse, gass i magen, metthetsfølelse), hovedsakelig på grunn av utilstrekkelig væskeinntak.

Allergiske reaksjoner på en av ingrediensene, eller ved en eksisterende allergi mot husstøvmidd, kan svært sjelden forekomme (symptomer kan omfatte: hudutslett, hevelse, kløe, kvalme, oppkast, diaré).

Totalt sett kan formoline L112 beskrives som svært godt tolerert.

Hvis bivirkninger eller interaksjoner oppstår, anbefaler vi at du avbryter behandlingen med formoline L112 og kontakter lege eller apotek om nødvendig.

### Rapporter alvorlige bivirkninger:

Hvis du merker en alvorlig forverring av helsen din i forbindelse med bruk av formoline L112, vennligst rapporter dette til produsenten Certmedica International GmbH og ansvarlig myndighet

[www.melde.no](http://www.melde.no).

## Varighet av inntak

formoline L112 kan brukes langsiktig.

Hvis du ikke merker noe vekttap eller reduksjon i kolesterolnivået etter 12 uker med bruk av formoline L112, spør legen din eller apoteket om råd.

## Oppbevaring



Oppbevares utilgjengelig for barn.



4 °C – 25 °C Lagres mellom 4 og 25 °C.



Legg merke til utløpsdatoen



Oppbevares på et tørt sted

Vi anbefaler at du oppbevarer formoline L112 tabletter i blisterpakningen til du tar dem.

## Merknader

Kast emballasjen og ubrukte tabletter i henhold til offisielle regler for avfallshåndtering.



Medisinsk utstyr



som inneholder fibre av animalsk opprinnelse

Sammendraget om sikkerhet og klinisk ytelse finnes på [www.certmedica.com/SSCP](http://www.certmedica.com/SSCP).

## Viktige merknader

Kvaliteten og ytelsen til det aktive stoffet er strengt testet.

formoline L112 er et medisinsk utstyr i klasse III, er CE-sertifisert i samsvar med europeisk forordning (EU) 2017/745 og registrert under nummeret DE/CA64/00038125.

## formoline L112

Ytterligere informasjon: [www.L112.com](http://www.L112.com)

Produsert i Tyskland



Produsent:

Certmedica International GmbH  
Magnolienweg 17  
63741 Aschaffenburg, Tyskland



Distributør:  
Vitalkost AS  
Wirgenesvei 11  
3157 Barkåker  
Norge

Dato for utstedelse av bruksanvisningen: 2022-08