W=110 mm H=250 mm

Fiberlax®

Ispaghula Husk

Presentation
Fiberlax® Effervescent Granules: Each 5.4 gm of effervescent granules contain 3.5 gm of Ispaghula Husk BP.

Description
Ispaghula Husk also referred to as Psyllium is derived from the husks of the seeds of *Plantago ovata*. It contains up to 70% of soluble and 30% of insoluble fibers. Ispaghula Husk is capable of absorbing up to 40 times of water of its own weight and part of its activity can be attributed to its action as a simple bulking agent. It swells as it absorbs water in the bowel and the increased bulk in the bowel helps regulate bowel movement. It also softens stools and makes them pass through the bowel more easily which helps relieve constipation. Soluble fiber content of Ispaghula Husk has the ability to bind with bile acids - an important component in the digestion of fat found in our body from cholesterol. This process lowers circulating blood cholesterol level by excretion of those fats.

Indications & Uses
Ispaghula Husk is used in patients requiring a high fiber regime such as for the relief of constipation including constipation in pregnancy and the maintenance of regularity; for the management of bowel function in patients with colostomy, ileostomy, haemorrhoids, anal fissure, chronic diarrhoea associated with diverticular disease, irritable bowel syndrome, ulcerative colitis and to reduce cholesterol and blood glucose level.

Dosage and Administration
Fiberlax is intended for oral use as a suspension in a drink of water. The granules should be stirred into a glass of water and taken as soon as the effervescence subsides. The dose of the medicine varies with age. Adults and children over 12 years: One level spoonful (supplied) Fiberlax in morning and evening. Children aged 6 to 12 years: Half to one level spoonful (supplied) Fiberlax, depending on age and size, in morning and evening. Children under 6 years: To be taken only when prescribed by a doctor. Half level spoonful (supplied) Fiberlax, depending on age and size, in morning and evening. It is best to take this medicine after meals.

Side-effects
Ispaghula Husk is generally safe. Some people may experience mild abdominal distension or flatulence.

Contraindications
The drug is contraindicated if patients are allergic to it, in cases of intestinal obstruction, faecal impaction and if patient has phenylketonuria.

Precautions
Do not take Ispaghula Husk without water. It is important that each dose of granules is stirred into a glass of water before taking. Do not take this medicine just before going to bed.

Use in Pregnancy & Lactation
Ispaghula Husk is not absorbed into the bloodstream and does not pass into breast milk. Therefore, it can be used safely during pregnancy and lactation.

Drug Interactions
Ispaghula Husk may delay gastric emptying time and reduce the absorption of calcium, iron and zinc. Therefore, other agents should be taken one hour before or a few hours after taking Ispaghula Husk.

Storage
Fiberlax should be stored at room temperature. Protect from moisture and light. Close the cap of the container after each use.

Over dosage
Symptoms of Ispaghula Husk overdose may include abdominal discomfort and flatulence. In case of overdose patient should drink plenty of water.

Commercial Pack
Fiberlax® Effervescent Granules: Each container contains 130 gm of Ispaghula Husk as effervescent granules.

Manufactured by
Incepta Herbal & Nutricare Ltd
Dhamrai, Dhaka, Bangladesh

V.N.01

ফাইবারল্যাক্স®

ইস্পাগুলা হাস্ক

উপস্থাপন
ফাইবারল্যাক্স® ইফারভেসেন্ট গ্রানিউলস: প্রতি ৫.৪ গ্রাম ইফারভেসেন্ট গ্রানিউলে রয়েছে ৩.৫ গ্রাম ইস্পাগুলা হাস্ক বিপি।

বর্ণনা
ইস্পাগুলা হাস্ক বা সিলিয়াম, *Plantago ovata* বীজ থেকে সংগৃহীত হাস্ক। এতে রয়েছে ৭০% দ্রবণীয় এবং ৩০% অদ্রবণীয় ফাইবার। এর রয়েছে নিজের ওজনের চেয়ে ৪০ গুন বেশি পানি শোষণ করার ক্ষমতা। তাই এটি বাল্কিং এজেন্ট হিসেবে কাজ করে থাকে। এটি অন্ত্রে পানি শোষণ করে ফুলে উঠে বাল্কের পরিমাণ বাড়িয়ে দিয়ে অন্ত্রের গতিবিধি নিয়ন্ত্রণ করে। এটি মল নরম করে কোষ্ঠকাঠিন্য দূর করে। বাইল এসিড কোলেস্টেরলে উপস্থিত ফ্যাট হজমের জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ উপাদান। ইস্পাগুলা হাস্ক এর দ্রবনীয় ফাইবার বাইল এসিড এর সাথে যুক্ত হতে পারে; যার ফলশ্রুতিতে ফ্যাট এর নিঃসরণের মাধ্যমে রক্তে বিদ্যমান কোলেস্টেরলের মাত্রা হ্রাস পায়।

নির্দেশনা এবং ব্যবহার
ইস্পাগুলা হাস্ক মূলত কোষ্ঠকাঠিন্য নিরাময়ে ব্যবহৃত হয়ে থাকে। এছাড়াও গর্ভকালিন কোষ্ঠকাঠিন্য নিরাময় করে এবং পরিপাকক্রিয়ার ধারাবাহিকতা বজায় রাখে। যেসব রোগীদের কোলোস্টোমি, আইলিয়েস্টোমি, হেমোরয়েডস, এনাল ফিসার, ডাইভারটিকুলার ডিজিজ সম্বলিত দীর্ঘমেয়াদি ডায়রিয়া, ইরিট্যাবল বাওয়েল সিনড্রোম এবং আলসারেটিভ কোলাইটিস আছে সেসব রোগীদের অন্ত্রের কার্যকারিতা বৃদ্ধি করে থাকে এবং পরিপাকক্রিয়ার ধারাবাহিকতা বজায় রাখে।

মাত্রা এবং ব্যবহারবিধি
ফাইবারল্যাক্স মুখে খাওয়ার একটি সাসপেনশন। এর গ্রানিউল গুলো পানিভর্তি গ্লাসে নিয়ে ভাল করে নাড়তে হবে যতক্ষন পর্যন্ত না ইফারভেসেন্ট গ্রানিউল গুলো পানির সাথে ভালভাবে মিশ্রিত হয়ে যায়। বয়সভেদে এর মাত্রা বিভিন্ন হয়ে থাকে। পূর্ণবয়স্ক এবং ১২ বছরের বড় শিশুদের ক্ষেত্রে: সরবরাহকৃত চামচে ১ চামচ পরিমাণ ফাইবারল্যাক্স সকালে এবং রাতে এক গ্লাস পানিতে মিশিয়ে পান করতে হবে। ৬ থেকে ১২ বছরের শিশুদের ক্ষেত্রে: সরবরাহকৃত চামচে ১/২ - ১ চামচ পরিমাণ ফাইবারল্যাক্স সকালে এবং রাতে এক গ্লাস পানিতে মিশিয়ে পান করতে হবে। ৬ বছরের নিচের শিশুদের ক্ষেত্রে: শুধুমাত্র চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী গ্রহণ করা উচিত। সরবরাহকৃত চামচে ১/২ চামচ পরিমাণ ফাইবারল্যাক্স সকালে এবং রাতে এক গ্লাস পানিতে মিশিয়ে পান করতে হবে। খাদ্য গ্রহণের পর সেবন করলে ভাল ফল পাওয়া যায়।

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া
ইস্পাগুলা হাস্ক সাধারনত নিরাপদ। কিছু রোগীর ক্ষেত্রে মৃদু পেট মোচড়ানো এবং পেট ফাঁপা ভাব দেখা যেতে পারে।

প্রতিনির্দেশনা
ইস্পাগুলা হাস্কে সংবেদনশিলদের ক্ষেত্রে এই ওষুধ প্রতিনির্দেশিত। এছাড়াও ইন্টেস্টিনাল অবস্ট্রাকশন, ফিকাল ইম্প্যাকশন এবং ফিনাইলকিটোনিউরিয়ার রোগীদের ক্ষেত্রে এই ওষুধ প্রতিনির্দেশিত।

সতর্কতা
পানি ছাড়া ইস্পাগুলা হাস্ক কখনো সেবন করা উচিত নয়। ইস্পাগুলা হাস্ক সেবন করার পূর্বে অবশ্যই এক গ্লাস পানিতে ভাল করে মিশিয়ে নিতে হবে। ঘুমাতে যাওয়ার আগে ইস্পাগুলা হাস্ক সেবন করা উচিত নয়।

গর্ভাবস্থায় এবং স্তন্যদানকালে এর ব্যবহার
ইস্পাগুলা হাস্ক সিস্টেমিক সারকুলেশন এ প্রবেশ করে না এবং মাতৃদুগ্ধে নিঃসৃত হয় না বিধায় গর্ভাবস্থায় এবং স্তন্যদানকালে এটি সেবন করা নিরাপদ।

ড্রাগ ইন্টার‍্যাকশন
ইস্পাগুলা হাস্ক গ্যাস্ট্রিক এম্পটিয়িং টাইম বাড়িয়ে দিতে পারে এবং ক্যালসিয়াম, আয়রন ও জিঙ্ক এর শোষণ কমিয়ে দিতে পারে। তাই ইস্পাগুলা হাস্ক সেবন করার ১ ঘন্টা পূর্বেই অন্যান্য ওষুধ সেবন করা উচিত।

সংরক্ষণ
ফাইবারল্যাক্স কক্ষ তাপমাত্রায় সংরক্ষণ করতে হবে। আলো থেকে দূরে ঠান্ডা ও শুষ্ক স্থানে রাখতে হবে। প্রতিবার ব্যবহারের পর কনটেইনারের মুখ ভালো ভাবে আটকে রাখুন।

মাত্রাধিক্য ব্যবহার
ইস্পাগুলা হাস্ক এর মাত্রাধিক ব্যবহারে পেট ফাঁপা এবং অস্বস্তি ভাব দেখা দিতে পারে। এক্ষেত্রে বেশি করে পানি পান করা উচিত।

বানিজ্যিক মোড়ক
ফাইবারল্যাক্স® ইফারভেসেন্ট গ্রানিউল: প্রতিটি কনটেইনারে রয়েছে ১৩০ গ্রাম ইস্পাগুলা হাস্ক ইফারভেসেন্ট গ্রানিউল।

প্রস্তুতকারক
ইনসেপ্টা হারবাল এন্ড নিউট্রিকেয়ার লিঃ
ধামরাই, ঢাকা, বাংলাদেশ

FEG