

معرفی فرآورده های پروبیوتیک

سال های متمادی از باکتری ها به عنوان دشمنان انسان یاد شده است و بنابراین بشر به علت نیاز به دفاع، مدام به فکر تولید آنتی بیوتیک های متنوع بوده است. اما امروزه می دانیم در ساخت داروها، هورمون ها، واکسن ها، آنزیم ها و از میکروارگانیسم ها به عنوان یک جزء اصلی در فرایند تولید استفاده می شود و در این میان با معجزه هایی به نام پروبیوتیک آشنا می شویم که با توانایی در تغییر فلور میکروبی روده نقش مهمی به عنوان باکتری های مفید در بدن ایفا می کنند.

تعریف پروبیوتیک

واژه پروبیوتیک در اصل کلمه ای یونانی به معنای " برای زندگی " است. این اصطلاح اولین بار در سال ۱۹۶۵ توسط لایلی و استیلول برای تشریح اثر تقویت کنندگی یک میکروارگانیسم روی رشد میکروارگانیسم دیگر استفاده شد. پس از آن تعاریف متعدد دیگری از آن ارائه گردید تا اینکه فولر در سال ۱۹۸۵ پروبیوتیک را به صورت جدیدی تعریف کرد. " پروبیوتیک در قالب مکمل رژیمی متشکل از میکروب های زنده است که مصرف آن به دلیل تغییر مطلوب در توازن میکروبی روده اثرات مفیدی در فرد می گذارد. "

فلور میکروبی و پروبیوتیک ها

فلور میکروبی نرمال روده شامل ۵۰۰ گونه میکروبی است که عمدتاً شامل باکتری های لاکتیک اسید می باشد. تعادل فلور طبیعی بدن از فاکتورهای اصلی تامین کننده سلامت انسان است و به هم خوردن آن که می تواند ناشی از عوامل مختلف محیطی، روانی، تغذیه ای باشد منجر به بروز اختلالات متعددی می شود. پروبیوتیک ها فرآورده های تجاری هستند که با هدف رساندن باکتری های زنده مفید به اکوسیستم میکروبی بدن طراحی شده اند. پروبیوتیک ها علاوه بر ارزش تغذیه ای بالا با کمک به بازسازی فلور میکروبی در پیشگیری و بهبود اختلالات متعددی موثرند.

مزایای مصرف پروبیوتیک

۱- افزایش قدرت سیستم ایمنی: پروبیوتیک ها از طریق تولید ایمونوگلوبین، سبب تحریک سیستم ایمنی می شوند و همچنین از طریق افزایش فاگوسیتوز پاتوژن ها سیستم ایمنی غیر اختصاصی را تحریک و تقویت می کنند. از مزایای پروبیوتیک ها در تحریک سیستم ایمنی عدم ایجاد التهاب می باشد.

۲- کاهش سطح کلسترول: مصرف پروبیوتیک ها سبب کاهش چربی خون می شود. با مصرف این مواد اسیدهای چرب با زنجیره کوتاه تولید می شود که سنتز کلسترول را در کبد متوقف و سبب حرکت کلسترول پلازما به کبد می شود همچنین باکتری ها از طریق ممانعت اتصال کلسترول به نمک های صفراوی از جذب آن جلوگیری می کنند.

۳- درمان بیماری های کبدی: پروبیوتیک ها در پیشگیری و درمان بیماری های کبدی نیز نقش موثری دارند. پروبیوتیک ها از طریق کاهش فعالیت اوره از باکتریایی سبب کاهش آمونیاک در سیستم پورتال می شوند و همچنین با کاهش نفوذپذیری روده از جذب آمونیاک می کاهند. افزایش آمونیاک خون در بعضی از بیماری های کبدی و نارسایی کبد موجب مسمومیت با اوره شده و منجر به ضایعات مغزی و عصبی در بیمار می شود. پروبیوتیک ها از جذب سموم جلوگیری کرده و با کاهش جذب آمونیاک و سموم سبب کاهش التهاب و استرس اکسیداتیو شده در نتیجه به درمان و پیشگیری از بیماری های کبدی کمک می کند.

۴- درمان بیماری های زنان، معده و فشار خون: پروبیوتیک ها در پیشگیری و درمان بیماری های زنان بسیار مفید هستند. باکتری های پروبیوتیک به سلول های اپیتلیوم واژن متصل شده و به عنوان سد از کلونیزه شدن باکتری های بیماری زا جلوگیری می کنند. پروبیوتیک ها همچنین رشد هلیکوباکتر پیلوری را متوقف کرده و از اتصال آن به سلول های اپی تلیال معده جلوگیری می کنند.

۵- پیشگیری از سرطان: پروبیوتیک ها از طریق کاهش غلظت مدفوعی آنزیم ها و نمک های صفراوی و کاهش جذب موثاژن های مضر که عامل سرطان کولون هستند نقش موثری در پیشگیری از بیماری ایفا می کنند. به طور طبیعی روده از طریق آنزیم های نیتروردوکتاز پیش سرطانها را به سرطانزاهای فعال تبدیل می کنند. پروبیوتیک ها به خصوص لاکتوباسیلوسیدوفیلوس و لاکتوباسیلوس سبب کاهش فعالیت این آنزیم ها می شوند و نیز با تحریک سیستم ایمنی میزبان توانایی سرکوب تومورها را دارند.

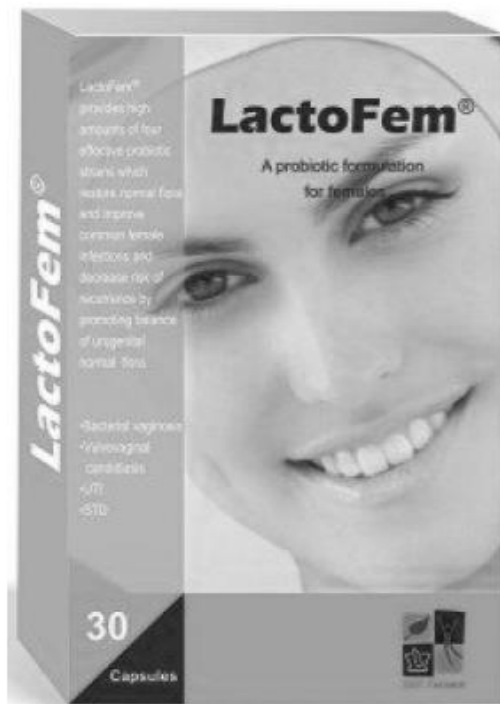
پری بیوتیک ها

پری بیوتیک ها کربوهیدرات های غیر قابل هضمی هستند که رشد و فعالیت باکتری های مفید بدن را به صورت انتخابی تحریک می کنند. الیگوساکاریدها از موثرترین ترکیبات پری بیوتیکی شناخته شده هستند. فرآورده هایی که ترکیبی از پروبیوتیک و

پری بیوتیک هستند را در اصطلاح سین بیوتیک می نامند در ذیل به معرفی چند برند تجاری از این محصولات پروبیوتیک و سین بیوتیک می پردازیم.

کپسول واژینال Gynophilus

کپسول واژینال حاوی یک زنجیره مشخص از لاکتوباسیلوس کازئینی رامنوسوس می باشد و تنها زنجیره ای است که توسط ۳۵ مطالعه علمی ۱۰ ساله به تأیید رسیده و در سراسر دنیا استفاده می شود. این دارو به درمان، پیشگیری و برگشت نکردن عفونت های قارچی و باکتریایی واژن که علائمی مانند ترشحات زیاد، سوختگی یا التهاب شدید و خشکی واژن دارند کمک می کنند. همچنین برای دستیابی به فلور طبیعی واژن متعاقب درمان با آنتی بیوتیک ها و ضد قارچ ها



استفاده می شود. این دارو اولین داروی پروبیوتیک احیا کننده فلور طبیعی واژن در ایران و اولین داروی پروبیوتیک جهت پیشگیری از عفونت های واژینال برگشت پذیر می باشد.



ژینوفیلوس به صورت کپسول می باشد که به صورت داخل واژینال عمقی مصرف می گردد. نبایستی بلعیده شود و برای زنان با سنین بالا دو بار در روز تجویز می گردد. زمان مصرف آن صبح زود و شب در زمان خواب و یا به صورت تک دوز یک اوول در شب به مدت ۱۴ روز می باشد. برای سهولت استفاده، اوول با کمی آب مرطوب گردد تا قرار گرفتن داخل واژن به آسانی انجام پذیرد. در زمان مصرف آن استفاده از کاندوم اسپرمیسید و یا یک لاتکس دیافراگم به دلیل احتمال پاره شدن و یا غیر فعال شدن توصیه نمی شود. استفاده آنتی بیوتیک ها در طول درمان باعث کم شدن یا بی اثر شدن آنها می گردد.

کپسول خوراکی لاکتوفم

کپسول ۵۰۰ میلی گرمی لاکتوفم یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی برای بانوان حاوی مقادیر بالا از ۴ سویه باکتری سودمند برای دستگاه تناسلی ادراری خانم ها به همراه پری بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد. مصرف لاکتوفم در هر شرایطی مفید واقع می شود اما اثرات مفید آن در مواجهه با بیماری های عفونی ادراری تناسلی خانم ها جهت افزایش اثرات آنتی بیوتیک ها و

کاهش عوارض ناشی از آنها (در واژینیت باکتریایی با کاهش پی اچ واژن و تولید باکتریوسین و هیدروژن پراکساید باکتری های پاتوژن را از بین می برد) در پایان دوره مصرف آنتی بیوتیک جهت بازگرداندن تعادل فلور طبیعی واژن و در تکرر عفونت های ادراری تناسلی در خانم ها ، در بهبود علائم یائسگی، در آزمایش پاپ اسمیر(تعداد یافته های مثبت و منفی کاذب در بدخیمی دهانه رحم را کاهش می دهد، در بارداری و پیشگیری از زایمان زودرس(کاهش عوارض بارداری با جلوگیری از عفونت های واژینال و نیز اصلاح پارامترهای گردن رحم) آشکارتر می باشد.

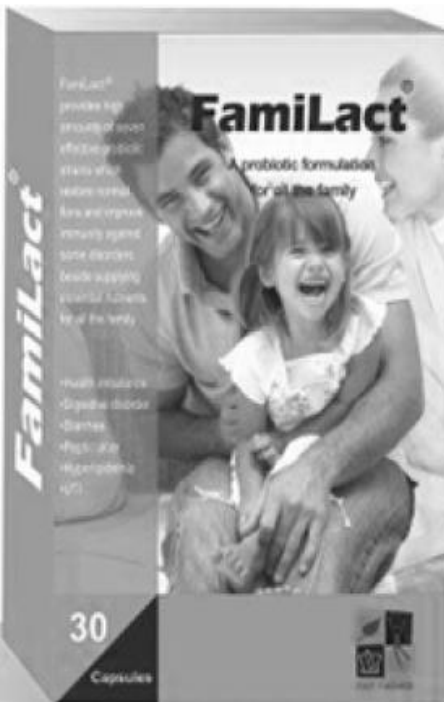
در افراد سالم روزانه ۱ کپسول و در افراد با سابقه مواجهه با عفونت های ادراری تناسلی روزانه ۲ کپسول به مدت ۴-۸ هفته توصیه می شود.بهترین زمان مصرف پس از غذا می باشد. تا کنون هیچ عارضه جانبی خاص و مورد سمیت برای پروبیوتیک ها گزارش نشده است. همه پروبیوتیک ها به طور طبیعی در بدن وجود دارند و همگی به عنوان عوامل ایمن توسط سازمان غذا و داروی آمریکا ثبت شده اند.

هیچ مورد منع مصرفی برای این فرآورده وجود ندارد. مصرف همزمان این فرآورده با هیچ دارویی تداخل ندارد.حتی همزمان با مصرف آنتی بیوتیک ها برای افزایش اثر ضد میکروبی و جلوگیری از عوارض ناشی از آنها توصیه می شود. در دوران بارداری و شیردهی، بیماران با ضعف سیستم ایمنی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. برای رسیدن به حداکثر اثر درمانی بهتر است در یخچال و در دمای ۲-۸ درجه سانتی گراد نگهداری شوند. نگهداری محصول به مدت ۶ ماه در دمای محیط بلامانع است.

کپسول خوراکی فمی لاکت

کپسول ۵۰۰ میلی گرمی فمی لاکت یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی برای همه اعضای خانواده از نوجوانان تا بزرگسالان است که حاوی مقادیر بالایی از ۷ سویه باکتری سودمند به همراه پری بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد. مصرف فمی لاکت در هر شرایطی مفید واقع می شود اما اثرات مفید آن در استرس، اسهال حاد عفونی و اسهال مسافرتی(کوتاه کردن طول مدت درمان و کاهش تعداد دفعات دفع)، رفع علائم سندرم روده تحریک پذیر، بیماری التهابی روده(کوتاه کردن دوره بهبود کولیت اولسراتیو) به صورت ادجوانت در کنار رژیم درمانی هلیکوباکتر پیلوری ، در هایپرلیپیدمی آشکارتر است.

در افراد سالم روزانه ۱ کپسول و در افراد مبتلا به مشکلات گوارشی و ایمنی روزانه ۲ کپسول توصیه می شود. بهترین زمان مصرف پس از غذا می باشد. موارد منع مصرف و تداخل دارویی مشابه سایر فرآورده های سین بیوتیک معرفی شده است. در دوران بارداری شیردهی و بیماران با ضعف سیستم ایمنی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. برای رسیدن به حداکثر اثر درمانی بهتر است در یخچال و در دمای ۲-



۸ درجه سانتی گراد نگهداری شود. نگهداری محصول به مدت ۶ ماه در دمای محیط بلامانع است.

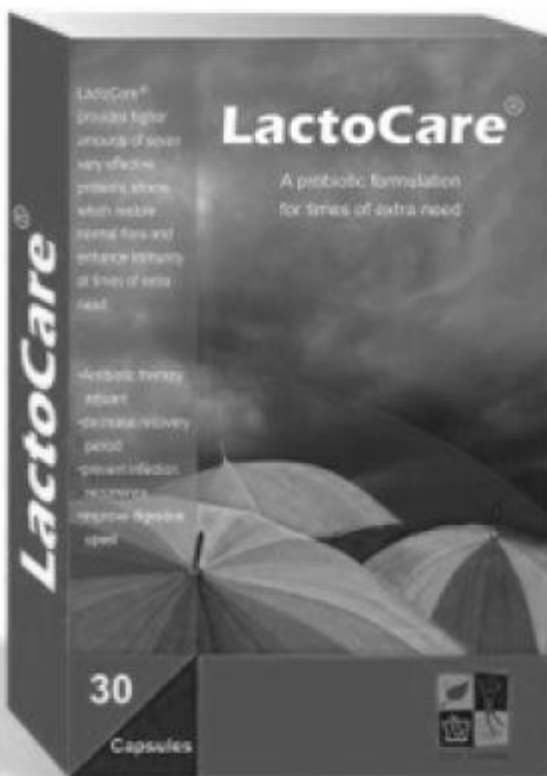
کپسول خوراکی موتافلور



کپسول سخت حاوی زنجیره های ای کلای به تعداد ۲/۵ تا ۲۵ میلیارد سلول زنده که در سندرم روده تحریک پذیر،

یبوست مزمن و در فاز بهبود کولیت اولسراتیو کاربرد دارد. دوز استاندارد آن برای بزرگسالان از روز اول تا چهارم روزانه یک کپسول و سپس به شکل روزی دو کپسول ادامه خواهد یافت. در موارد یبوست مداوم افزایش دوز تا چهار کپسول روزانه مفید است. دوز استاندارد باید منقسم و با وعده غذایی مجزا و مقداری آب میل شود. طول درمان در کولیت اولسراتیو ۱۲ ماه می باشد و برای پیشگیری از عود، متافلور باید مداوم مصرف شود. شرایط نگهداری دارو دمای یخچالی ۲-۸ درجه سانتی گراد می باشد. مکمل های پروبیوتیک وقتی توسط افراد سالم استفاده شوند به ندرت جذب سیستمیک می شوند.

مطالعات بر روی بانوان باردار در سیه ماهه سوم بارداری که به دلیل درمان شرایطی مثل واژینیت باکتریال و اسهال، پروبیوتیک می گرفتند افزایشی در بازده های جنینی گزارش نکرده است. مطالعات کنترل پلاسبو نشان داده روزانه ۲۰۰ میلی گرم موتافلور معادل با دوز استاندارد مزالازین در فاز نگهدارنده بهبود در کولیت اولسراتیو بوده و بنابراین گزینه ایست برای بیمارانی که نمی توانند با تمایلی به مصرف مزالازین ندارند.

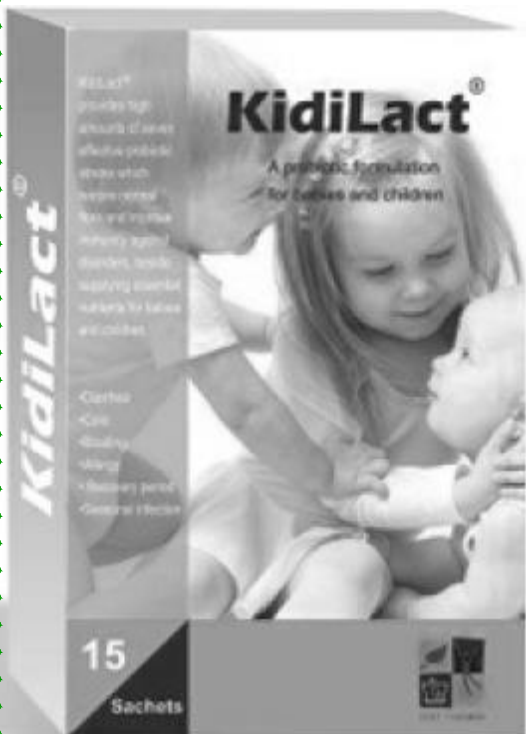


کپسول لاکتوکر

کپسول ۵۰۰ میلی گرمی لاکتوکر یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی برای مواقع نیاز بیشتر به ایمنی است که حاوی مقادیر بالایی از ۷ سویه باکتری سودمند به همراه پری بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد. مصرف لاکتوکر در هر شرایطی مفید واقع می شود اما اثرات مفید آن در مواجهه با بیماری های عفونی مختلف جهت افزایش اثرات آنتی بیوتیک ها و کاهش عوارض ناشی از آنها (پیشگیری از عفونت بعد از جراحی مانند پنومونی و

کاهش طول درمان آنتی بیوتیکی)، در پایان دوره مصرف آنتی بیوتیک جهت بازگرداندن تعادل فلور طبیعی بدن، تقویت و تنظیم سیستم ایمنی در موارد ضعیف شدن قدرت دفاعی بدن در اثر بیماری های مختلف، اختلالات گوارشی شایع مانند انواع اسهال)

پیشگیری از اسهال ناشی از رادیوتراپی)، یبوست و سوء هاضمه، استرس، مسافرت، تغییرات تغذیه ای و فصلی، مبارزه با پاتوژن ها مانند سالمونلا و حذف رقابتی کامپیلوباکتر آشکارتر می باشد.



در افراد سالم روزانه ۱ کپسول و در بیماری های مزمن مانند انواع عفونت ها، بدخیمی ها، رادیوتراپی و روزانه ۲ کپسول توصیه می شود. بهترین زمان مصرف پس از غذا می باشد. عوارض جانبی و سمیت، موارد منع مصرف و تداخل دارویی مشابه سایر فرآورده های سین بیوتیک معرفی شده است. در دوران بارداری، شیردهی و بیماران با ضعف سیستم ایمنی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. برای رسیدن به حداکثر اثر درمانی بهتر است در یخچال و در دمای ۲-۸ درجه نگهداری شود. این فرآورده در دمای اتاق ۲-۳ روز قابل نگهداری است.

ساشه های کیدی لاکت

ساشه ۱ گرمی کیدی لاکت یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی برای کودکان بالای ۲ سال است که حاوی مقادیر بالایی از ۷ سویه باکتری سودمند و از جمله سویه خاص کودکان بیفیدوباکتریوم اینفنتیس به همراه پری بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد و فرمول آن ویژه کودکان تهیه شده تا آن را به آسانی مصرف کنند. مصرف کیدی لاکت در هر شرایطی مفید واقع می شوند اما اثرات مفید آن در زمان شیوع بیماری های عفونی فصلی مانند سرماخوردگی برای بهبود قدرت دفاعی بدن در اسهال ناشی از ویروس یا باکتری در کودکان، اسهال ناشی از مصرف آنتی بیوتیک، نفخ و کولیک کودکان، ریفلاکس نوزادان، دردهای شکمی، انواع آلرژی تنفسی کودکان (آسم و رینیت آلرژیک) و آلرژی پوستی (بهبود درماتیت آتوپیک و اگزما) آشکارتر می باشد.

در کودکان سالم روزانه ۱ ساشه و در کودکان مبتلا به مشکلات گوارشی و ایمنی روزانه ۲ ساشه توصیه می شود. می توان محتوی پودر هر ساشه را در آب، آبمیوه و یا شیر حل کرد یا به غذای کودک افزود. البته آب شیر یا غذا نباید خیلی گرم باشد. در کودکان زیر ۲ سال با تجویز پزشک و به شرط انحلال کامل در ۴ سی سی آب در طول روز قابل مصرف است. عوارض جانبی و سمیت، موارد منع مصرف و تداخل دارویی مشابه سایر فرآورده های سین بیوتیک معرفی شده است. کیدی لاکت در کودکان مبتلا به بیماری های شناخته شده مرتبط به سیستم ایمنی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. برای رسیدن به حداکثر اثر درمانی بهتر است در یخچال و در دمای ۲-۸ درجه نگهداری شود. این فرآورده در دمای اتاق ۲-۳ روز قابل نگهداری است.

کپسول ژری لاکت

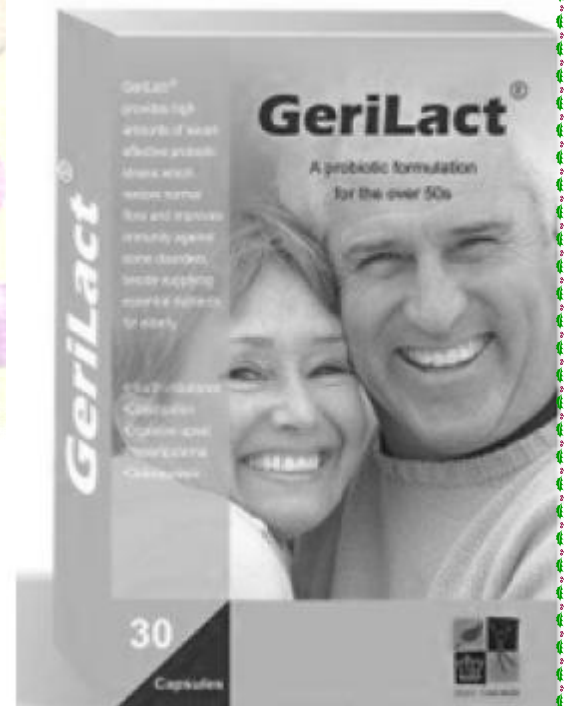
کپسول ۵۰۰ میلی گرمی ژری لاکت یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی برای سالمندان است که حاوی مقادیر بالایی از ۷ سویه باکتری سودمند به همراه پری بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد. مصرف ژری لاکت در هر شرایطی مفید واقع می شود اما اثرات مفید آن اختلالات گوارشی شایع سالمندان مانند یبوست و نفخ، استرس، مسافرت، تغییرات تغذیه ای و فصلی، مواجهه با بیماری های عفونی مختلف جهت افزایش اثرات آنتی بیوتیک ها و کاهش عوارض ناشی از آنها در پایان دوره مصرف آنتی بیوتیک جهت بازگرداندن تعادل فلور طبیعی بدن، ضعیف شدن قدرت دفاعی بدن در اثر بیماری ها و کهولت سن، هایپر لیپیدمی، فشار خون و دیابت آشکارتر است.

در افراد سالم روزانه ۱ کپسول و در افراد مبتلا به مشکلات گوارشی و ضعف سیستم ایمنی روزانه ۲ کپسول توصیه می شود. بهترین زمان

مصرف پس از غذا می باشد. عوارض جانبی و سمیت، موارد منع مصرف و تداخل دارویی مشابه با سایر فرآورده های سین بیوتیک معرفی شده است. ژری لاکت در بیماران با ضعف سیستم ایمنی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. برای رسیدن به حداکثر اثر درمانی بهتر است در یخچال و در دمای ۲-۸ درجه نگهداری شود. این فرآورده در دمای اتاق ۲-۳ روز قابل نگهداری است.

قطره پدی لاکت

پدی لاکت یک ترکیب ویژه پروبیوتیکی است که حاوی مقادیر بالایی از ۳ سویه باکتری سودمند از جمله سویه خاص کودکان می باشد و به راحتی برای نوزادان و کودکان قابل مصرف است. این فرآورده همچنین حاوی پره بیوتیک فروکتوالیگوساکارید می باشد که به رشد و فعالیت پروبیوتیک ها کمک می کند. مصرف پدی لاکت در هر شرایطی مفید واقع می شود اما اثرات مفید آن در اسهال ناشی از ویروس یا باکتری در کودکان، اسهال ناشی از مصرف آنتی بیوتیک، نفخ و کولیک کودکان، ریفلکس نوزادان، پیشگیری از انواع آلرژی کودکان (تنفسی - پوستی)، در زمان شیوع بیماری های عفونی فصلی مانند سرماخوردگی برای بهبود قدرت دفاعی بدن و پیشگیری از این بیماری ها



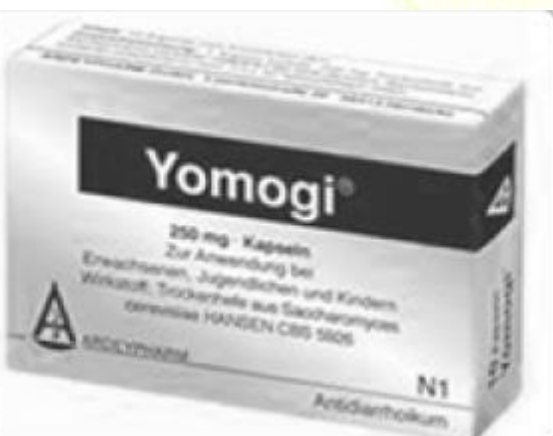
آشکارتر می باشد.

پروبیوتیک ها به طور طبیعی در بدن وجود دارند. به همین جهت عموماً بی خطر هستند و به خوبی تحمل می شوند. در صورت مشاهده واکنش های حساسیتی مانند راش پوستی، خارش، سرگیجه، سرفه و سایر مشکلات تنفسی، پزشک یا داروساز باید مطلع شوند. هیچ مورد منع مصرفی برای این فرآورده وجود ندارد. در مواردی مانند نقص سیستم ایمنی، قبل از جراحی های شکمی، بیماری های دریچه قلب، سندرم روده کوتاه، ریسک ایسکمی مزانترو و مصرف آنتی بیوت های وسیع الطیف تجویز پروبیوتیک ها باید با احتیاط بیشتر مصرف شود. در دوران بارداری و شیردهی با مشورت پزشک می تواند مصرف شود. به طور کلی مصرف این فرآورده با هیچ دارویی تداخل ندارد. توصیه می شود حداقل با ۲ ساعت فاصله از آنتی بیوتیک های خوراکی مصرف شود. در افرادی که داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی مصرف می کنند با احتیاط استفاده شود. بهترین شرایط نگهداری این فرآورده داخل یخچال و در دمای ۲-۸ درجه می باشد. پس از خارج کردن از یخچال ۱۰ دقیقه در دمای اتاق باید نگهداری شود و سپس مصرف شود. قبل از مصرف باید به خوبی تکان داده شود.

Yomogi کپسول خوراکی

کپسول ۲۵۰ میلی گرمی حاوی تعداد حداقل ۱۰ میلیارد سلول زنده خشک شده به وسیله سرما از ساکارومایسز بولاردی می باشد. کاربرد: (۱) اسهال حاد عفونی بزرگسالان و کودکان شامل انواع باکتریایی - ویروسی و تک یاخته ای. (۲) بهبود کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر با کمک به کاهش علائم بیماری. (۳) کمک به درمان زخم های معده و دوازدهه از راه کمک به از بین بردن میکروبو باکتری و کم کردن عوارض جانبی داروهای مصرفی. (۴) اسهال ناشی از مصرف آنتی بیوتیک ها. (۵) پیشگیری و درمان اسهال مسافرتی. (۶) درمان کمکی در مرحله نهفته بیماری التهابی روده (۷) جلوگیری از عود مجدد بیماری کولیت سدوممبرنس ناشی از باکتری کلاستریدیوم دیفیسیل.

تجویز همزمان با داروهای ضد قارچ ممکن است منجر به کاهش تاثیر داروی یوموگی شود. همچنین تجویز همزمان با داروهای مهارکننده مونوآمینواکسیداز ممکن است منجر به افزایش فشار خون شود. ولی در بیماران با نقص سیستم ایمنی منع مصرف دارد. شرایط نگهداری این دارو در دمای اتاق می باشد.



Colon cleanse کپسول



نتایج به دست آمده پس از مصرف یک دوره ۹ روزه از این مکمل گیاهی حاوی پروبیوتیک نشان می دهد که باعث کاهش ریسک ابتلا به سرطان روده بزرگ، کاهش قابل توجه نفخ شکم، پیشگیری و درمان یبوست، کنترل وزن، هضم بهتر غذا و جذب بیشتر مواد معدنی و ویتامین ها، تقویت سیستم ایمنی بدن، افزایش رشد و استحکام بیشتر ناخن و کاهش بوی نامطبوع عرق بدن می گردد.

با توجه به اینکه دستگاه گوارشی افراد پاسخ منحصر به فرد دارد می بایست شبی تا ۴ کپسول قبل از خواب میل کرد. مطالعات کافی در مورد استفاده از این دارو در نوزادان وجود ندارد. جهت مصرف دارو در کودکانی که قادر به بلع کپسول نمی باشند می توان محتویات کپسول را در مایعات در دمای اتاق حل نموده و به مصرف رساند. همچنین جهت مصرف بهتر است همراه با غذا میل گردد.

دکتر صفورا محبی

مسئول فنی داروخانه بستری بیمارستان

حضرت ولیعصر (عج)

اردیبهشت ۹۷

Supplement Facts		
Serving Size: 4 Capsules		
Serving Per Container: 60		
Amount Per Serving	%Daily Value	
Calories	5	
Total Carbohydrates	1 g	<1%**
Dietary Fiber	1 g	4%**
Iron	2 mg	10%
Psyllium Husk Powder	1 g	†
Senna Leaf Powder	562 mg	†
Fennel Seed	90 mg	†
Papaya Leaf	90 mg	†
Peppermint Leaf	76 mg	†
Buckthorn Bark	38 mg	†
Celery Seed	38 mg	†
Barberry Root	38 mg	†
Rose Hips	38 mg	†
Acidophilus	30 mg	†

** Percent Daily Values are based on a 2000 calorie diet
† Daily Value not established