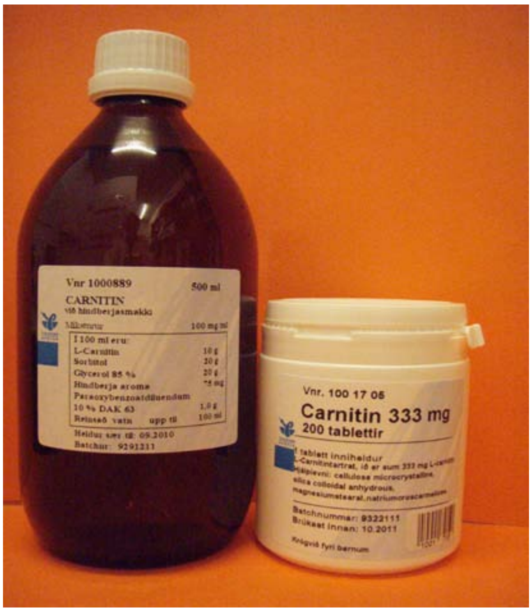
Kunningarlepi:



Carnitin 333 mg tablettir
og
Carnitin 100 mg/ml miksturur

Les kunningarlepan væl, áðrenn tú byrjar at taka Carnitin tilbúningarnar.

1. Hvat er Carnitin og hvat er tað gott fyri ?

Kemiskt er Carnitin eitt kvaterner ammoniumbinding, biosyntetiserað út frá aminosýrunum Lysine og Methionin. Carnitin finst í næstan øllum kyknum í kroppinum. Carnitin finst sum D- og L-carnitin. Tað er bara L-carnitin formurin, ið er aktivur. Carnitin hevur ein avgerandi leiklut í framleiðslu av orku í kroppinum. Carnitin flytir langketu-feittsýrur (við meiri enn 12 C-atomum) inn í mitochondriini, har tær verða brúktar til at framleiða orku. Carnitin flytir eisini eitrandi evni út úr kyknunum. Í vøddum við beinagrindina og hjartanum eru ketonir, ið hava sín uppruna frá feittsýrum, høvuðsbrennievni. Tí er tað serliga umráðandi at hesar kyknur hava nóg mikið av carnitin.

Kroppurin framleiðir vanliga nóg mikið av carnitin. Ein frískur persónur framleiðir vanliga umleið 0,16 -0,48 mg/kg kropsvekt/samdøgur. Carnitin finst eisini í lutfalsliga stórum nøgdum í mati, og tá serliga í reyðum kjøti. Fólk við genetiskum ella medisinskum breki kunnu koma at mangla carnitin. Tá er tað av alstórum týdningi, at fáa carnitin ískoyti.

2. *Tilbúningar*:

a. **Carnitin 333 mg tablettir** (hvítar, avlangar við kervi):
1 tablett inniheldur L-carnitin-L-tartrat, ið svarar til 333 mg av L-carnitin.
Hjálpievni: Microcrystalinska cellulosu, silica colloidal anhydrous, magnesiumstearat og natriumcroscarmellosu.

b. **Carnitin 100 mg/ml miksturur**: 1 ml inniheldur 100 mg av L-carnitin.
Hjálpievni: Sorbitol, Glyserol, hindberja aroma og reinsað vatn.
Haldevni: Paraoxybenzoat.

3. ***Indikatión:*** Primer og sekunder carnitinmangul. Persónar, ið hava fingið staðfest CTD (Carnitin Transporter Deficiency) og persónar, ið hava fingið staðfest lágt carnitin innihald í blóðinum vegna status sum berarar ella annað ólag.

4. **Skamtur:** Verður ásettur av lækna út frá úrsliti av carnitinkonsentratiónini í blóðroynd. Dagligi skamturin skal helst býtast í 3 - 4 fyri at fáa eina so javna konsentratión sum møguligt. Tað er ymiskur skamtur til persónar, ið ikki hava CTD og til teir, ið hava fingið staðfest CTD.
Vanliga er byrjunarskamturin til persónar uttan CTD: 20-25 mg/kg/samdøgur og til teir, ið hava fingið staðfest CTD er byrjunarskamturin til børn: 100 – 200 mg/kg /samdøgur til børn og til vaksin 1 gramm 3 ferðir um dagin . Skamturin verður reguleraður út frá mátingum av carnitininnihaldinum í blóðinum.

Tá carnitindepotini eru fylt, er langtíðarskamturin hesin fyri ein miðal persón (70 kg):

Berarar: ½ Carnitin 333 mg tablett 3 ferðir um dagin ella
1,5 ml Carnitin mikstur 100 mg/ml 3 ferðir um dagin.

CTD-sjúk: 3 Carnitin 333 mg tablettir 3 ferðir um dagin ella
10 ml Carnitin Mikstur 100 mg/ml 3 ferðir um dagin.

Niðanfyri er ein talva við leiðbeinandi byrjunarskamtum:

Byrjunarskamtir til persónar við lágum carnitin, men ið ikki hava CTD :
(20-25 mg/kg kropsvekt/samdøgur)

	Kropsvekt	**Mongd um samdøgrið**	**Mongd per mánað**
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	10 kg	1 ml x 2	60 ml
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	20 kg	2 ml x 2	120 ml
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	30 kg	3 ml x 2	180 ml
Tablettir 333 mg	15 kg	½ tabl. x 2	30 tabl.
Tablettir 333 mg	25 kg	1 tabl. x 2	60 tabl.
Tablettir 333 mg	40 kg	1 tabl. x 3	90 tabl.
Tablettir 333 mg	60 kg	2 tabl. x 2	120 tabl.
Tablettir 333 mg	75 kg	2 morgni 1 middegi 2 kvøldi	150 tabl.
Tablettir 333 mg	90 kg	2 tabl. x 3	180 tabl.

Byrjunarskamtir til CTD-sjúklingar:
(100-200 mg/kg kropsvekt/samdøgur)

	Kropsvekt	**Mongd um samdøgrið**	**Mongd um mánaðin**
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	10 kg	5 ml x 2 (ella: 2,5 ml x 4)	300 ml
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	20 kg	10 ml x 2 (ella 7 ml x 3)	600 ml
Carnitin Mikstur 100 mg/ml	30 kg	15 ml x 2 (ella 10 ml x 3)	900 ml
Carnitin tablettir 333 mg	upp til 25 kg	1 tabl. x 3	90 tabl.
Carnitin tablettir 333 mg	> 25 kg	3 tabl. x 3	300 tabl.

5. **Graviditetur:** Tá kvinna gerst við barn, lækkar carnitininnihaldi vanliga, og tað skal havast í huga, um kvinnan undan graviditetinum er í viðgerð. Tað ber væl til at taka carnitin, sjálvt um kvinna er við barn. Carnitin er eitt evni, ið kroppurin sjálvur framleiðir. Tí er ikki sannlíkt, at vandi stendst av at taka carnitin.

6. **Barna- og bróstakonur:** Bróstakonur kunnu væl geva bróst, sjálvt um tær eru í carnitinviðgerð.

7. **Interaktiónir**: Pivalinsýra lækkar carnitin í kroppinum munandi – heilt niður í 50 %.
   Pivalinsýra er í hesum heilivági: Pondocillin® (pivampicillin) og Selexid® (pivmecillam).
   Tí er ikki ráðiligt at taka hendan heilivágin saman við carnitin.
   Valproatsýra (antiepileptika) og hesi evni móti HIV infektiónum: zidovudine (AZT), didanosine (ddI), zalcitabine (ddC) og stavudine (d4T), kunnu elva til sekundert L- carnitin trot.
   Ifosfamid og cisplatin (cytostatika) kunnu økja um vandan fyri sekunderum L-carnitin troti.
   Tað er eisini eitt rímiligt sannlíkindi fyri, at L-carnitin ískoyti kann fyribyrgja cardiomyopati (= sjúka uttan orsøk í hjartavøddunum) elvt av doxorubicin (Adriamycin®) viðgerð. Kelda: http://lpi.oregonstate.edu/infocenter/othernuts/carnitine/ (accessed 11.6.2009)

8. **Eitran:** Tað fyriliggur einki um eitran av carnitin. Stórir skamtir av carnitin kunnu geva diarré.

9. **Hjáárin**: Sodningarleiðin kann ávirkast, um tú tekur stórar nøgdir av carnitin í longri tíð. Talan er um t.d. kvalma, spýggja, magakrampar og leyst lív (diarré). Eisini kann kroppurin fáa ein fiskakendan lukt.

Hesin kunningarlepi er dagførdur 05-02-2010

Tjaldurs Apotek