

راهنمای مصرف قرص  
ملاتونین ۳ میلی گرم

نام فرآورده: قرص ملاتونین ۳ میلی گرم.  
قرص ملاتونین ۳ میلی گرم در بسته بندی ۳۰ عددی، بصورت ۳ بلیستر ۱۰ عددی قرص به همراه بروشور درون جعبه مقوایی عرضه می گردد.

موارد مصرف:

- کمک به تنظیم خواب در افراد سالم
- کمک به تنظیم ساعات خواب در مسافرت های هوایی (جت لگ).

راهنمایی های عمومی:

- اطلاعات مندرج در این راهنما در جهت افزودن به دانش عمومی شمامست و جایگزین تشخیص پزشک شما نمی باشد.
- بر طبق دستور پزشک مصرف نموده و از افزایش دوز مصرفی بپرهیزید.
- در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر و یا هر گونه پرسش با پزشک و یا داروساز مشورت کنید.

موارد منع مصرف:

در بیمارانی که وارفارین مصرف می کنند، در بیمارانی که داروهای ضد انعقاد خون/ ضد پلاکت مصرف می کنند و یا در بیماران با اختلالات انعقادی خون نباید مصرف شود.  
مصرف در بارداری و در شیردهی:  
در افراد باردار و یا افرادی که قصد باردار شدن دارند منع

مصرف دارد. بعلت عدم وجود مطالعات کافی در شیردهی بهتر است استفاده نگردد.

هشدارها: هیچ موردی گزارش نشده است.

احتیاطات:

- فرآورده را دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.
- از مصرف فرآورده تاریخ مصرف گذشته خودداری کنید.
- از آنجا که ملاتونین می تواند باعث گیجی روزانه شود، لذا ضمن درمان از رانندگی و کار با وسایلی که نیاز به هوشیاری کامل دارد، خودداری کنید.
- شما برای مصرف این فرآورده باید با پزشک مشورت کنید اگر:

- ◀ دچار هرگونه بیماری خاص هستید.
- ◀ همزمان داروهای دیگر مصرف می کنید.
- ◀ دچار حساسیت به هر نوع رژیم غذایی خاص هستید.
- ◀ داروهای کاهنده فشار خون مصرف می کنید.
- ◀ بیمار دیابتی هستید، زیرا ملاتونین ممکن است سبب کاهش مصرف گلوکز و افزایش مقاومت به انسولین شود و در نتیجه غلظت گلوکز خون را بالا ببرد.

تداخلات دارویی:

- مصرف همزمان ملاتونین با الکل، بنزودیازپین ها، و یا دیگر داروهای آرامبخش باعث تشدید اثرات آرامبخشی یکدیگر می شوند. لذا نبایستی همزمان مصرف گردند.
- ملاتونین موجب کاهش اثر داروهای پائین آورنده قند خون می شود.

- کافئین موجب کاهش اثر ملاتونین می شود.
- کنتراسپتیوها موجب افزایش غلظت خونی ملاتونین می شوند.

• ملاتونین در عملکرد داروهای مهارکننده سیستم ایمنی ایجاد اختلال می کند، لذا بایستی همزمان مصرف نشوند.

- مصرف همزمان ملاتونین و نیفیدپین موجب افزایش فشار خون سیستولیک و ضربان قلب می گردد.
- مصرف زیاد ویتامین ب۶ با داروهای آمیودارون و لوودوبا باعث تغییر در اثرگذاری داروها می شود.

مقدار و نحوه مصرف:

بطور کلی مقدار و نحوه مصرف توسط پزشک مشخص می گردد اما مقدار مصرف معمول بشرح زیر است:  
روزانه یک قرص، ۱ ساعت قبل از خواب مصرف شود.

عوارض جانبی:

"هر فرآورده بموازات اثرات درمانی ممکن است باعث بروز بعضی عوارض ناخواسته نیز شود. اگرچه همه این عوارض در یک فرد دیده نمی شود در صورت بروز عوارض زیر با پزشک یا داروساز مشورت نمایید."  
ملاتونین در دوز پائین کاملا قابل تحمل می باشد. شایع ترین عوارض آن شامل:

- ◀ خستگی، سرگیجه، سردرد، تحریک پذیری و خواب آلودگی و افت فشار خون، مشکلات گوارشی خفیف از قبیل تهوع، استفراغ و گرمپ های شکمی.

شرایط نگهداری:

- در جای خشک و خنک، دور از نور و رطوبت درون قوطی

- در دمای کمتر از ۳۰ درجه سانتی گراد نگهداری کنید.
- فرآورده را دور از دید و دسترس کودکان نگهداری کنید.
- از نگهداری و مصرف فرآورده تاریخ گذشته خودداری نمایید

اهم مطالب مرتبط با فرآورده در برگه راهنما عنوان شده است، مصرف کنندگان جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند با پزشک یا داروساز تماس بگیرند."

قرص ملاتونین ۳ میلی گرم توسط شرکت داروسازی سپید طب نیا عرضه می گردد. ساخت ایران

لطف نظرات و پیشنهادات خود را در مورد این فرآورده به صندوق پستی: ۱۵۱۱۷۶۵۶۱۳ و یا

پست الکترونیکی: Customers@sepidteb.com ارسال فرمایید.

مراجع و منابع:

Natural Medicine Comprehensive Database 2013

تاریخ آخرین تدوین و بازبینی:

شهریور ۱۴۰۰

# Melatonin 3mg

Tablet

## Guidance for use Melatoninmg Tablet 3 mg

**Product Name:** Melatonin Tablet 3 mg.

This product is available in 3 blisters containing 10 tablets in each, plus a leaflet in a pack.

### Indications:

- Help to regulate sleep in healthy people.
- Use as sleep aid to manage jet lag.

### General guidelines:

- The mentioned information is intended to Complete your general knowledge, not substitute of your physician's diagnosis.
- Follow your physician's instruction and do not raise the dosage of this product.
- Consult with physician or pharmacist if you need more information.

### Contraindication:

This product should not be taken in patients whom are using Warfarin,Anticoagulant/Antiplatelet drugs, and also patient with blood coagulation disorders.

### Pregnancy and breast-feeding:

In pregnant women or those who have decided to get pregnant, the consumption of this product is contraindicated. Owing to the fact that adequate studies have not been performed in this case, so taking this product during lactation is not recommended.

### Warnings:

No case has been reported.

### Precautions:

- Keep out of reach of children.
- Do not use after expiry date.
- Since Melatonin cause daytime drowsiness, thus avoid driving and using devices which require full consciousness. You should be consulted with physician if you are:
  - › Suffering from any special disease.
  - › Taking any other medicines.
  - › Allergic to any special diet.
  - › Taking antihypertensive medications.
  - › Patient with diabetes, due to the fact that, Melatonin may decrease glucose utilization and increase insulin resistance, which would increase blood glucose concentrations.
- **Drug Interactions:**
  - Concomitant consumption of Melatonin with alcohols, benzodiazepine or other sedative drugs, intensificate the sedative effects of each one, so these products should not be taken at the same time.
  - Melatonin reduces the effect of hypoglycemic medicines.
  - Caffeine reduces pharmacological effect of Melatonin.
  - Contraceptives raise the Melatonin blood

concentration.

- Melatonin can interfere with the function of immunosuppressant Medicines therefore avoid using at the same time.
- Simultaneous consumption of Melatonin and Nifedipine increase heartbeat rate and systolic blood pressure.
- Excessive intake of vitamin B6 with amiodarone and levodopa can alter the effectiveness of medications.

### Dosage and Administration:

Generally, dosage and administration should be defined by physician but the usual dose is as below:

- ☉ One tablet daily, one hour before bedtime.

### Adverse Reactions:

"Each product beside its therapeutic effect may cause some undesirable effects, although all of these adverse reactions have not seen in a person. Consult with physician or pharmacist if below occurs:"

Melatonin is perfectly tolerable in low dosage. The most common complications are:

- › Fatigue, dizziness, headache, irritability, drowsiness, hypotension and gastrointestinal disorders such as: vomiting, nausea and abdominal cramps.

### Storage conditions:

- Store below 30°C in main box and protect

from light and humidity.

- Keep out of reach of children.
- Do not use after expiry date.

"The most important information of this product is mentioned in the leaflet and patient can consult with physician or pharmacist for more information."

**Melatonin Tablet 3 mg** is  
manufactured by  
**Sepid Teb Nia** Pharmaceutical Co.  
Made in IRAN

Please send your Comments and Suggestions to:

**Postbox:** 1511765613

**Email:** customers@sepidteb.com

### References:

Natural Medicine Comprehensive Database 2013

### Date of last revision:

September 2021