



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

2023 itibariyle D vitamininin ücretini kendiniz ödüyorsunuz



Samen gezond, fit en veerkrachtig

Doktorunuz size D vitamini reçetesi verdi. Bunun masrafı sağlık sigortanız tarafından karşılanır. 1 Ocak 2023'ten itibaren D vitamininin ücretini kendiniz ödeyeceksiniz. Buna, Ulusal Sağlık Bakımı Enstitüsü'nün tavsiyesi üzerine devlet tarafından karar verilmiştir.

D vitamininin ücreti ne kadardır?

D vitaminini eczaneden, ilaç marketinden (drogist) veya süpermarketten reçetesiz satın alabilirsiniz. Bunun için reçeteye ihtiyacınız yoktur. D vitamini yılda € 8,00'dan itibaren temin edilebilir. Bunun maliyeti, aldığınız D vitamini markasına bağlıdır. Ambalaj bazen alışıktan farklı görünebilir.

D vitamini kullanmaya devam edin

D vitaminine ihtiyacınız olduğu için doktorunuz size D vitamini reçetesi verdi. D vitamini kemikler, dişler ve kasların güçlü olmasını sağlar. Birçok insan için güneş, vücutlarının kendi başına yeterli D vitamini üretmesini sağlar. Ancak bu sizin için yeterli değildir.

Bu husus aşağıda belirtilen durumlarda sıkça söz konusudur:

- 4 yaşından küçük çocuklarda
- 50 yaşın üzerindeyseniz
- Hamileyseniz
- Teniniz koyu renkli olduğunda
- Sıkça dışarı çıkmıyorsanız

Vücudunuz yeterince D vitamini üretmiyorsa, ekstra D vitaminine ihtiyacınız vardır. Hangi dozaja ihtiyacınız olduğunuzu doktorunuzla veya eczacınızla görüşün.

Hangi D vitamini satın almak en iyisidir?

Şu an kullanmakta olduğunuz D vitamininin ambalajına bakın. Vitaminlerin tam olarak hangi dozajda olduğu orada belirtilmiştir. Şimdi kullandığınız dozajı satın alın.

Bu husus, etikette iki şekilde belirtilmiş olabilir:

- Bazen IE veya IU diye belirtilmiştir. IE, Uluslararası Birim anlamına gelir, IU, Uluslararası Birim anlamına gelir.
- Bazen mcg veya µg şeklinde belirtilmiştir. Bu, mikrogram anlamına gelir.

Bir mikrogram, 40 uluslararası birime eşittir.

1 mcg/µg = 40 U

Bir mikrogram, 40 uluslararası birime eşittir.

Bundan böyle aşağıda belirtilmiş olanların ücretini kendiniz ödeyeceksiniz

- D vitamini, tüm dozajlar
- D3 Vitamini (Kolekalsiferol)
- Kalsiyumlu D vitamini
- Alendronik asit ile D vitamini
- Kalsifediol (Hidropherol®)

İlaç listenize D vitamini eklenmesini sağlayın

D vitaminini ilaçlar listenize eklenmesinin gerekli olup olmadığı hususunu doktorunuza veya eczacınıza danışın. Farklı bir dozaj mı kullanacaksınız? O halde bunu da ilaçlar listenize ekletin.

Çok yüksek dozajda D vitaminine mi ihtiyacınız var?

D vitamini eksikliğiniz mi var? O zaman bazen geçici olarak çok yüksek dozajda D vitaminine ihtiyaç duyarsınız. Bunun için doktorunuzdan reçete almanız gerekecek. Bu D vitaminini eczaneden temin edebilirsiniz. Burada gerek D vitamini için gerekse de eczanenin verdiği bakım için ödeme yapıyorsunuz. Toplam maliyet, eczaneye göre değişebilir.

İlaç Rulunuzda D vitamini mi var?

İlaçlarınız size bir «İlaç Rulosu» içinde veriliyor olabilir. Bu durumda belirli bir zamanda almanız gereken tüm ilaçlar ayrı bir poşette olur. Aralarında D vitamini de var mıdır? O halde bu öyle kalabilir ancak 1 Ocak 2023'ten itibaren D vitamini ücretini kendiniz ödersiniz.

D vitamini hakkında daha fazla bilgi ister misiniz?

D vitamininin sizin için nasıl faydalı olduğu hakkında daha fazla bilgi edinmek ister misiniz? Şu web sitelerinden birine göz atın:

- rijksoverheid.nl/vitamine-d;
- www.thuisarts.nl/vitamine-d/ik-heb-misschien-extra-vitamine-d-nodig;
- www.apotheek.nl/medicijnen/vitamine-d.

Dit is een uitgave van
**Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport**
Postbus 20350 | 2500 EJ Den Haag
www.rijksoverheid.nl
december 2022