

## Liebe Patientin, lieber Patient!

Mit diesen ergänzenden Informationen möchten wir Sie mit dem Mineralstoff Magnesium und seiner lebenswichtigen Bedeutung für unseren Organismus vertraut machen.

### Lebenswichtiger Mineralstoff

Magnesium ist ein Mineralstoff, ohne den kein Leben möglich wäre! Denn dieses Mineral ist für mehr als 300 verschiedene Stoffwechselprozesse in unserem Körper notwendig. Der Normalbedarf eines gesunden Menschen liegt bei 300 bis 350 mg Magnesium am Tag.

### Ein Mangel kann viele Ursachen haben...

Es ist nicht immer sehr einfach, den Magnesiumbedarf zu decken, da magnesiumreiche Lebensmittel oft auch kalorienreich sind. Außerdem tragen die Magnesiumverarmung der landwirtschaftlichen Anbauflächen und damit der Pflanzen, die Verwendung von raffiniertem Zucker, hoch ausgemahlenem weißem Mehl und rieselfähig gemachtem Speisesalz zur Entstehung eines Magnesiummangels bei. Schließlich spielen die modernen Ernährungsgewohnheiten gerade jüngerer Menschen und eine verminderte Nahrungsaufnahme im höheren Alter eine wichtige Rolle.

### ...und führt zu Beschwerden

Im Magnesiummangel wird die Muskulatur krampfanfälliger. Dies kann zu Waden- und Zehenkrämpfen, vor allem nachts, aber auch zu Verkrampfungen im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich führen. Wie viel Magnesium Sie benötigen, richtet sich nach dem Auftreten und dem Grad der Beschwerden. Halten Sie sich deshalb – falls Ihr Arzt es nicht anders verordnet hat – an die Dosierungsanleitung der Gebrauchsinformation.

Und wenn Ihnen Magnesiocard® 2,5 mmol geholfen hat: teilen Sie dies doch Ihrem Arzt oder Apotheker mit, denn auch sie werden sich über den Behandlungserfolg freuen!

Bei Interesse senden wir Ihnen gern eine Patientenbroschüre zu Magnesiocard®.

**Verla-Pharm wünscht Ihnen rasche Genesung und gute Gesundheit!**

Magnesiocard® 2,5 mmol



## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

# Magnesiocard® 2,5 mmol

Filmtabletten

Wirkstoff: Magnesiumaspartat-hydrochlorid

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.**

**Dieses Arzneimittel ist ohne Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss Magnesiocard® 2,5 mmol jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.**

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn sich Ihre Symptome verschlimmern oder nach 4-6 Wochen keine Besserung eintritt, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

Diese Packungsbeilage beinhaltet:

1. Was ist Magnesiocard® 2,5 mmol und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 2,5 mmol beachten?
3. Wie ist Magnesiocard® 2,5 mmol einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Magnesiocard® 2,5 mmol aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

1. Was ist Magnesiocard® 2,5 mmol und wofür wird es angewendet?

Magnesiocard® 2,5 mmol ist ein Mineralstoffpräparat.

Magnesiocard® 2,5 mmol wird angewendet bei

nachgewiesenem Magnesiummangel, wenn es Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (neuro-muskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist.

Was müssen Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 2,5 mmol beachten?

Magnesiocard® 2,5 mmol darf nicht eingenommen werden,

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Magnesiumaspartat-hydrochlorid oder einen der sonstigen Bestandteile von Magnesiocard® 2,5 mmol sind.
- wenn Sie an einer schweren Nierenfunktionsstörung mit Ausscheidungshemmung oder Flüssigkeitsmangel des Körpers leiden oder zu Infektsteinen (Calcium-Magnesium-Ammoniumphosphatsteine) neigen.

Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Magnesiocard® 2,5 mmol ist erforderlich,

wenn Ihre Nierenfunktion eingeschränkt ist; dann sollten Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 2,5 mmol Ihren Arzt fragen.

Kinder:

Geben Sie dieses Arzneimittel an Kinder unter 4 Jahren nur nach Rücksprache mit dem Arzt, da bisher keine ausreichenden Erfahrungen für diese Altersgruppe vorliegen.

Bei Einnahme von Magnesiocard® 2,5 mmol mit anderen Arzneimitteln:

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/anwenden bzw. vor kurzem eingenommen/angewendet haben, auch wenn es sich um nicht verschrei-

ingspflichtige Arzneimittel handelt.  
Die Wirkung nachfolgend genannter Arzneistoffe  
in verschiedenen Präparatengruppen kann bei gleichzeitiger  
Behandlung mit Magnesiocard® 2,5 mmol beein-  
flusst werden. Bestimmte Antibiotika (Tetracykline)  
und Natriumfluoridpräparate sollten zeitlich 3-4  
Stunden versetzt zu Magnesiocard® 2,5 mmol ein-  
genommen werden, um eine gegenseitige Beein-  
trächtigung der Aufnahme ins Blut zu vermeiden.

#### Schwangerschaft und Stillzeit:

Magnesiocard® 2,5 mmol kann in der Schwanger-  
schaft und Stillzeit angewendet werden.

#### Fruchtbarkeit und das Bedienen

##### 1. Maschinen:

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen  
erforderlich.

Wie ist Magnesiocard® 2,5 mmol einzunehmen?  
Nehmen Sie Magnesiocard® 2,5 mmol immer  
genau nach der Anweisung in dieser  
Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie Ihren Arzt  
oder Apotheker, wenn Sie sich nicht ganz sicher  
sind.

Die mittlere Tagesdosis empfiehlt sich 0,185 mmol  
Magnesium (4,5 mg) pro kg Körpergewicht. Bei  
leichten und schweren akuten Magnesium-  
mangelzuständen kann die Tagesdosis, falls keine  
Gegenanzeigen vorliegen, bis zur Beseitigung des  
Mangels unbedenklich auf 0,37 mmol Magnesium  
(9 mg) pro kg Körpergewicht erhöht werden.

#### Verpackung:

Wenn vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übli-  
che Dosis:

Erwachsene und Jugendliche:  
täglich 2 Filmtabletten (entsprechend 364,8  
mg Magnesium).

Erwachsene von 10 - 14 Jahren:  
täglich 2 Filmtabletten (entsprechend 243,2  
mg Magnesium).

Erwachsene von 4 - 9 Jahren:  
2 bis 3 mal täglich 2 Filmtabletten (entsprechend  
364,8 - 547,2 mg Magnesium).

#### Art der Anwendung:

Nehmen Sie die Filmtabletten bitte unzerkaut mit  
ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas  
Trinkwasser). Magnesiocard® 2,5 mmol sollte vor  
dem Essen eingenommen werden, da sich  
dadurch die Aufnahme vom Magen-Darmkanal in  
den Blutkreislauf verbessert.

#### Dauer der Anwendung:

Magnesiocard® 2,5 mmol sollte täglich über min-  
destens 4 Wochen eingenommen werden. Auch  
eine Dauertherapie mit Magnesiocard® 2,5 mmol  
(über Jahre) ist bei normaler Nierenfunktion unbe-  
denklich, da überschüssiges Magnesium über die  
Niere ausgeschieden wird.

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker,  
wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung  
von Magnesiocard® 2,5 mmol zu stark oder zu  
schwach ist.

#### Wenn Sie eine größere Menge Magnesiocard®

2,5 mmol eingenommen haben, als Sie sollten,  
können die unter Punkt 4 angegebenen  
Nebenwirkungen verstärkt auftreten.

#### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Magnesiocard®  
2,5 mmol Nebenwirkungen haben, die aber nicht  
bei Jedem auftreten müssen.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden  
folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

Sehr häufig:  
mehr als 1 Behandler von 10

Häufig:  
1 bis 10 Behandelte von 100

Gelegentlich:  
1 bis 10 Behandelte von 1000

Selten:  
1 bis 10 Behandelte von 10000

Sehr selten:  
weniger als 1 Behandler von 10000

Nicht bekannt:  
Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten  
nicht abschätzbar.

Gelegentlich können weiche Stühle auftreten, die  
unbedenklich sind. Sie können Folge einer hoch-  
dosierten Magnesiumbehandlung sein. Selten  
kann es bei hochdosierter und lang andauernder  
Einnahme des Präparates zu Müdigkeitserschei-  
nungen kommen. Dies kann ein Hinweis darauf  
sein, dass bereits eine erhöhte Magnesiumkonzent-  
ration im Blut erreicht ist.

Beim Auftreten störender Durchfälle ist die  
Tagesdosis zu verringern.

Informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker,  
wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie  
erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen  
bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage  
angegeben sind.

#### 5. Wie ist Magnesiocard® 2,5 mmol aufzubewah- ren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.  
Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf der  
Fatschachtel und der Durchdrückpackung ange-  
gebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

Aufbewahrungsbedingungen:  
Nicht über 25°C aufbewahren.

#### 6. Weitere Informationen

##### Was Magnesiocard® 2,5 mmol enthält:

Der Wirkstoff ist: Magnesiumaspartat-hydrochlorid  
3 H<sub>2</sub>O

1 Filmtablette enthält: Magnesiumaspartat-hydro-  
chlorid 3 H<sub>2</sub>O 614,8 mg. Magnesiumgehalt:  
2,5 mmol = 60,8 mg.

##### Die sonstigen Bestandteile sind:

Kartoffelstärke, hochdisperses Siliciumdioxid,  
Magnesiumstearat (Ph. Eur.), Methacrylsäure-  
Ethylacrylat-Copolymer (1:1) (Ph. Eur.), Talkum,  
Dimeticon, Triethylcitrat.

Magnesiocard® 2,5 mmol enthält kein Gluten und  
keine Lactose.

##### Wie Magnesiocard® 2,5 mmol aussieht und Inhalt der Packung:

Weiß, längliche Filmtabletten ohne Bruchrille.  
Magnesiocard® 2,5 mmol ist in Packungen mit

50 (N2), 100 (N3) und 1000 Filmtabletten erhältlich.  
Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:  
Verla-Pharm Arzneimittel,  
82324 Tutzing, www.verla.de

Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überar-  
beitet: 02/2008

Magnesiocard® 2,5 mmol



2

www.verla.de



3

