



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® 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!

Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

Magnesiocard® 5 mmol

Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen

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

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

Magnesiocard® 5 mmol ist ein Mineralstoffpräparat. Magnesiocard® 5 mmol wird angewendet bei nachgewiesenem Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (neuromuskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist.

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

Magnesiocard® 5 mmol darf nicht eingenommen werden,

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Magnesiumaspartat-hydrochlorid oder einen der sonstigen Bestandteile von Magnesiocard® 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® 5 mmol ist erforderlich, wenn Ihre Nierenfunktion eingeschränkt ist; dann sollten Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® 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

Magnesiocard® 5 mmol



4

7309308
0208



www.veria.de



1



Altersgruppe vorliegen.

Bei Einnahme von Magnesiocard® 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 verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

Die Wirkung nachfolgend genannter Arzneistoffe bzw. Präparategruppen kann bei gleichzeitiger Behandlung mit Magnesiocard® 5 mmol beeinflusst werden. Bestimmte Antibiotika (Tetracykline) und Natriumfluoridpräparate sollten zeitlich 3-4 Stunden versetzt zu Magnesiocard® 5 mmol eingenommen werden, um eine gegenseitige Beeinträchtigung der Aufnahme ins Blut zu vermeiden.

Schwangerschaft und Stillzeit:

Magnesiocard® 5 mmol kann in der Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

Wichtige Informationen über bestimmte sonstige Bestandteile von Magnesiocard® 5 mmol:

Dieses Arzneimittel enthält Sucrose und Lactose. Bitte nehmen Sie Magnesiocard® 5 mmol erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Bei Lactoseunverträglichkeit aufgrund von Lactasemangel verursacht die geringe Menge an Lactose (< 0,005 g pro Beutel) in den meisten Fällen keine Beschwerden.

1 Beutel (5 g) Magnesiocard® 5 mmol enthält 3,2 g Sucrose (Zucker) entsprechend ca. 0,26 Broteinheiten (BE). Wenn Sie eine Diabetes-Diät einhalten müssen, sollten sie dies berücksichtigen.

Der häufige und dauernde Gebrauch von Magnesiocard® 5 mmol kann schädlich für die Zähne sein (Karies).

3. Wie ist Magnesiocard® 5 mmol einzunehmen? Nehmen Sie Magnesiocard® 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.

Als mittlere Tagesdosis empfiehlt sich 0,185 mmol Magnesium (4,5 mg) pro kg Körpergewicht. Bei chronischen 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.

Dosierung

Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis:

Erwachsene und Jugendliche:

1 Beutel 3 mal täglich (entsprechend 364,5 mg Magnesium).

Kinder von 10 - 14 Jahren:

1 Beutel 2 mal täglich (entsprechend 243,0 mg Magnesium).

Kinder von 4 - 9 Jahren:

1 Beutel 1-2 mal täglich (entsprechend 121,5-243,0 mg Magnesium).

Art der Anwendung

Verrühren Sie bitte den Inhalt eines Beutels in einem halben Glas Wasser, Tee oder Fruchtsaft und trinken Sie den Inhalt des Glases vollständig aus.

Magnesiocard® 5 mmol sollte vor dem Essen eingenommen werden, da sich dadurch die Aufnahme vom Magen-Darmkanal in den Blutkreislauf verbessert.

Dauer der Anwendung

Magnesiocard® 5 mmol sollte täglich über mindestens 4 Wochen eingenommen werden. Auch eine

Dauertherapie mit Magnesiocard® 5 mmol (über Jahre) ist bei normaler Nierenfunktion unbedenklich, 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® 5 mmol zu stark oder zu schwach ist.

Wenn Sie eine größere Menge Magnesiocard®

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® 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 hochdosierten Magnesiumbehandlung sein. Selten kann es bei hochdosierter und lang andauernder Einnahme des Präparates zu Müdigkeitserscheinungen kommen. Dies kann ein Hinweis darauf sein, dass bereits eine erhöhte Magnesiumkonzentration 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® 5 mmol aufzubewahren? Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren. Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf der Faltschachtel und dem Beutel angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

Aufbewahrungsbedingungen:

Nicht über 25°C aufbewahren.

6. Weitere Informationen

Was Magnesiocard® 5 mmol enthält:

Der Wirkstoff ist: Magnesiumaspartat-hydrochlorid 1 Beutel mit 5 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen enthält: Magnesiumaspartat-hydrochlorid 3 H₂O 1229,6 mg. Magnesiumgehalt: 5 mmol = 121,5 mg.

Die sonstigen Bestandteile sind:

Sucrose, Citronensäure, Saccharin-Natrium, Macrogol 6000, Zitronenaroma (enthält Lactose).

Magnesiocard® 5 mmol enthält kein Gluten.

Wie Magnesiocard® 5 mmol aussieht und Inhalt der Packung:

In Beutel verpacktes, weißes Pulver.

Magnesiocard® 5 mmol ist in Packungen mit 20 (N1), 50 (N2), 100 (N3) und 500 Beuteln mit je 5 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen erhältlich.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing, www.verla.de

Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet: 02/2008

Magnesiocard® 5 mmol

