

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 krampf anfälliger. 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® forte 10 mmol Orange 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® forte 10 mmol Orange



4

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

# Magnesiocard® forte 10 mmol

Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen  
Wirkstoff: Magnesiumaspartat-hydrochlorid

Orange

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® forte 10 mmol Orange 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® forte 10 mmol Orange und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® forte 10 mmol Orange beachten?
3. Wie ist Magnesiocard® forte 10 mmol Orange einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Magnesiocard® forte 10 mmol Orange aufzubewahren?

### 6. Weitere Informationen

1. Was ist Magnesiocard® forte 10 mmol Orange und wofür wird es angewendet?

Magnesiocard® forte 10 mmol Orange ist ein Mineralstoffpräparat.

Magnesiocard® forte 10 mmol Orange 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® forte 10 mmol Orange beachten?

Magnesiocard® forte 10 mmol Orange darf nicht eingenommen werden,

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Magnesiumaspartat-hydrochlorid oder einen der sonstigen Bestandteile von Magnesiocard® forte 10 mmol Orange sind,
- wenn Sie an einer schweren Nierenfunktionsstörung mit Ausscheidungshemmung oder Flüssigkeitsmangel des Körpers leiden oder zu Infektsteinen (Calcium-Magnesium-Ammoniumphosphatsteinen) neigen.

Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Magnesiocard® forte 10 mmol Orange ist erforderlich, wenn Ihre Nierenfunktion eingeschränkt ist; dann sollten Sie vor der Einnahme von Magnesiocard® forte 10 mmol Orange Ihren Arzt fragen.

www.verla.de



4

#### Kinder:

Kinder unter 14 Jahren sollten niedriger dosierte Darreichungsformen von Magnesiacard® erhalten. Kinder unter 4 Jahren jedoch nur nach Rücksprache mit dem Arzt, da bisher keine ausreichenden Erfahrungen für diese Altersgruppe vorliegen.

Bei Einnahme von Magnesiacard® forte 10 mmol Orange 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 Magnesiacard® forte 10 mmol Orange beeinflusst werden.

Bestimmte Antibiotika (Tetrazykline) und Natriumfluoridpräparate sollten zeitlich 3-4 Stunden versetzt zu Magnesiacard® forte 10 mmol Orange eingenommen werden, um eine gegenseitige Beeinträchtigung der Aufnahme ins Blut zu vermeiden. Schwangerschaft und Stillzeit:

Magnesiacard® forte 10 mmol Orange kann in der Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

Wichtige Informationen über bestimmte Bestandteile von Magnesiacard® forte 10 mmol Orange:

Dieses Arzneimittel enthält Sorbitol. Bitte nehmen Sie Magnesiacard® forte 10 mmol Orange erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

#### 3. Wie ist Magnesiacard® forte 10 mmol Orange einzunehmen?

Nehmen Sie Magnesiacard® forte 10 mmol Orange immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

#### Dosierung

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.

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

Erwachsene und Jugendliche über 14 Jahre: 1 Beutel 1-2 mal täglich (entsprechend 243 - 486 mg Magnesium).

Kinder - ab 4 Jahren sollten niedriger dosierte Darreichungsformen von Magnesiacard® erhalten.

#### 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.

Magnesiacard® forte 10 mmol Orange sollte vor dem Essen eingenommen werden, da sich dadurch die Aufnahme vom Magen-Darmkanal in den Blutkreislauf verbessert.

#### Dauer der Anwendung

Magnesiacard® forte 10 mmol Orange sollte täglich über mindestens 4 Wochen eingenommen werden. Auch eine Dauertherapie mit Magnesiacard® forte 10 mmol Orange (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 Magnesiacard® forte 10 mmol Orange zu stark oder zu schwach ist.

Wenn Sie eine größere Menge Magnesiacard® forte 10 mmol Orange eingenommen haben, als Sie sollten,

können die unter Punkt 4 angegebenen Nebenwirkungen verstärkt auftreten.

#### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Magnesiacard® forte 10 mmol Orange Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei Jedem auftreten müssen.

Bei den Häufigkeitsangaben zu Nebenwirkungen werden folgende Kategorien zugrunde gelegt:

Sehr häufig: mehr als 1 Behandler von 10

Häufig: 1 bis 10 Behandler von 100

Gelegentlich: 1 bis 10 Behandler von 1000

Seiten: 1 bis 10 Behandler 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 Magnesiacard® forte 10 mmol Orange 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 30°C aufbewahren.

#### 6. Weitere Informationen

Was Magnesiacard® forte 10 mmol Orange enthält: Der Wirkstoff ist: Magnesiumspartat-hydrochlorid 1 Beutel mit 4 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen enthält: Magnesiumspartat-hydrochlorid 3 H<sub>2</sub>O 2460 mg. Magnesiumgehalt: 10 mmol = 243 mg.

Die sonstigen Bestandteile sind:

Citronensäure, Macrogol 6000, Natriumcyclamat, Saccharin-Natrium, hochdisperses Siliciumdioxid, Beta-caroten, Maltodextrin, Arabisches Gummi, mittelkettige Triglyceride, Sorbitol (Ph. Eur.), Ascorbinsäure, all-rac- $\alpha$ -Tocopherol, Siliciumdioxid-Hydrat, Orangen-Aroma.

Magnesiacard® forte 10 mmol Orange enthält kein Gluten und keine Lactose.

Wie Magnesiacard® forte 10 mmol Orange aussieht und Inhalt der Packung:

In Beutel verpacktes, orangefarbenes Pulver. Magnesiacard® forte 10 mmol Orange ist in Packungen mit 20 (N1), 50 (N2), 100 (N3) und 500 Beuteln mit je 4 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen erhältlich.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller: Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing, www.verla.de. Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet: 06/2008

Magnesiacard® forte 10 mmol Orange

Orange



2

www.verla.de



3