

Φύλλο Οδηγιών χρήσης : Πληροφορίες για τον χρήστη Microlax[®]

Υγρή Σορβιτόλη (κρυσταλλική) / κιτρικό νάτριο / θειοξικό λαουρικό νάτριο

Διαβάστε προσεκτικά ολόκληρο το φύλλο οδηγιών χρήσης πριν αρχίσετε να χρησιμοποιείτε αυτό το φάρμακο, διότι περιλαμβάνει σημαντικές πληροφορίες για σας.

Πρέπει πάντοτε να χρησιμοποιείτε αυτό το φάρμακο ακριβώς όπως περιγράφεται στο παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης ή σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού ή του φαρμακοποιού σας.

- Φυλάξτε αυτό το φύλλο οδηγιών χρήσης. Ίσως χρειαστεί να το διαβάσετε ξανά.
- Απευθυνθείτε στο φαρμακοποιό σας, εάν χρειαστείτε περισσότερες πληροφορίες ή συμβουλές.
- Εάν παρατηρήσετε κάποια ανεπιθύμητη ενέργεια, ενημερώστε το γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας. Αυτό ισχύει για κάθε πιθανή ανεπιθύμητη ενέργεια που δεν αναφέρεται στο παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης. Βλέπε παράγραφο 4.
- Πρέπει να απευθυνθείτε σε γιατρό εάν δεν αισθάνεστε καλύτερα ή εάν αισθάνεστε χειρότερα μετά από μερικές μέρες.

Τι περιέχει το παρόν φύλλο οδηγιών:

- 1 Τι είναι το Microlax[®] και ποια είναι η χρήση του
- 2 Τι πρέπει να γνωρίζετε πριν χρησιμοποιήσετε το Microlax[®]
- 3 Πως να χρησιμοποιήσετε το Microlax[®]
- 4 Πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες
- 5 Πως να φυλάσσετε το Microlax[®]
- 6 Περιεχόμενο της συσκευασίας και λοιπές πληροφορίες

1. Τι είναι το Microlax[®] και ποια είναι η χρήση του

Φαρμακοθεραπευτική κατηγορία: Υποκλυσμός , κωδικός ATC: A06A G11

Το Microlax[®] ανήκει σε μια ομάδα φαρμάκων που ονομάζονται καθαρτικά. Μαλακώνει τα κόπρανα και προκαλεί το αντανακλαστικό της κένωσης (αφόδευση).

Το Microlax[®] χρησιμοποιείται για τη θεραπεία της περιστασιακής δυσκοιλιότητας.

Αυτό το φάρμακο προορίζεται για χρήση μόνο από ενήλικες.

2. Τι πρέπει να γνωρίζετε πριν χρησιμοποιήσετε το Microlax[®]

Μην χρησιμοποιήσετε το Microlax[®] :

- Αν έχετε αλλεργία στις δραστικές ουσίες ή σε οποιοδήποτε άλλο από τα συστατικά αυτού του φαρμάκου (αναφέρονται στην παράγραφο 6).

- Εάν έχετε πόνο στην κοιλιά και δεν γνωρίζετε την αιτιολογία
- Εάν λαμβάνετε κατιονανταλλακτική ρητίνη σουλφονικού πολυστυρενίου του νατρίου ή του ασβεστίου (από του στόματος ή από του ορθού), φάρμακα για τη θεραπεία της υπερκαλιαιμίας.

Προειδοποιήσεις και προφυλάξεις

Απευθυνθείτε στον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας πριν χρησιμοποιήσετε το Microlax[®]

Ενημερώστε τον γιατρό σας εάν

- Έχετε αιμορροΐδες.
- Έχετε ραγάδες στον πρωκτό (ουλή ευρισκόμενη στον πρωκτό που είναι περισσότερο ή λιγότερο οδυνηρή κατά τη διάρκεια της εντερικής κίνησης και η οποία παραμένει για αρκετές ώρες).
- Εάν υποφέρετε από τη νόσο Crohn ή από ελκώδη κολίτιδα (ασθένειες με φλεγμονή του ορθού και μερικές φορές του παχέος εντέρου με συμπτώματα όπως πόνοι στο στομάχι, διάρροια με βλέννα ή αίμα και συχνή κόπωση).

Άλλα φάρμακα και Microlax[®]

Ενημερώστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας εάν παίρνετε, έχετε πρόσφατα πάρει ή μπορεί να πάρετε άλλα φάρμακα.

Μην χρησιμοποιείτε το Microlax[®] με κατιονανταλλακτική ρητίνη σουλφονικού πολυστυρενίου του νατρίου ή του ασβεστίου (από του στόματος ή από του ορθού)

Η χρήση άλλων ορθικών φαρμακευτικών προϊόντων θα πρέπει να γίνεται σε διαφορετικές ώρες από τη χρήση του Microlax καθώς μπορεί να εκπλυθεί από τον γαστρεντερικό σωλήνα και να μην απορροφηθεί.

Κύηση, θηλασμός και γονιμότητα

Εάν είστε έγκυος ή θηλάζετε, νομίζετε ότι μπορεί να είστε έγκυος ή σχεδιάζετε να αποκτήσετε παιδί, ζητήστε τη συμβουλή του γιατρού ή του φαρμακοποιού σας πριν πάρετε αυτό το φάρμακο.

Οδήγηση και χειρισμός μηχανημάτων

Το Microlax[®] δεν έχει καμία γνωστή επίδραση στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανημάτων.

Το Microlax[®] περιέχει σορβικό οξύ, γλυκερόλη και κεκαθαρισμένο ύδωρ

3. Πως να χρησιμοποιήσετε το Microlax[®]

Πάντοτε να χρησιμοποιείτε το φάρμακο ακριβώς όπως περιγράφεται στο παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης ή σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού ή του φαρμακοποιού σας. Εάν έχετε αμφιβολίες ρωτήστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

Δοσολογία:

Η συνιστώμενη δόση είναι ένα σωληνάριο μιας δόσης την ημέρα.

Τρόπος χορήγησης

Αυτό το φάρμακο είναι για χρήση από το ορθό. Δεν χρειάζεται να ξαπλώνετε για να χρησιμοποιήσετε αυτό το φάρμακο ή να περιμένετε για τα αποτελέσματα.



1. Σπάστε την άκρη και στη συνέχεια πιέστε ελαφρά το σωληνάριο έτσι ώστε να εμφανιστεί μια σταγόνα.



2. Λιπάνετε την άκρη του ακροφύσιου με αυτή τη σταγόνα.



3. Εισάγετε όλο το μήκος του ακροφύσιου στο ορθό.



4. Πιέστε για να αδειάσετε όλο το περιεχόμενο του σωληναρίου.



5. Τραβήξτε το ακροφύσιο χωρίς να διακόψετε την πίεση που ασκείτε στο σωληνάριο.

Αυτό το φάρμακο συνήθως ενεργεί μέσα σε 5 με 20 λεπτά.

Εάν παραμείνετε ξαπλωμένοι για μεγάλο χρονικό διάστημα, μπορεί να χρειαστεί περισσότερος χρόνος για να δράσει (περισσότερο από 1 ώρα).

Διάρκεια της θεραπείας

Δεν πρέπει να χρησιμοποιείτε αυτό το φάρμακο για περισσότερο από μερικές ημέρες χωρίς να ζητήσετε συμβουλές από το γιατρό σας.

4. Πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες

Όπως όλα τα φάρμακα, έτσι κι αυτό το φάρμακο μπορεί να προκαλέσει ανεπιθύμητες ενέργειες αν και δεν παρουσιάζονται σε όλους τους ανθρώπους.

Έχουν αναφερθεί οι ακόλουθες ανεπιθύμητες ενέργειες με άγνωστη συχνότητα:

- Κοιλιακός πόνος
- Ορθοπρωκτική δυσφορία
- Χαλαρά κόπρανα
- Αντιδράσεις υπερευαισθησίας (κνίδωση)

Αναφορά ανεπιθύμητων ενεργειών

Εάν παρατηρήσετε κάποια ανεπιθύμητη ενέργεια, ενημερώστε τον γιατρό, ή τον φαρμακοποιό σας. Αυτό ισχύει και για κάθε πιθανή ανεπιθύμητη ενέργεια που δεν

αναφέρεται στο παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης. Μπορείτε επίσης να αναφέρετε ανεπιθύμητες ενέργειες απευθείας (βλ. λεπτομέρειες παρακάτω). Μέσω της αναφοράς ανεπιθύμητων ενεργειών μπορείτε να βοηθήσετε στη συλλογή περισσότερων πληροφοριών σχετικά με την ασφάλεια του παρόντος φαρμάκου.

Ελλάδα

Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων
Μεσογείων 284
GR-15562 Χολαργός, Αθήνα
Τηλ: + 30 213 2040380/337
Φαξ: + 30 210 6549585
Ιστότοπος: <http://www.eof.gr>

Κύπρος

Φαρμακευτικές Υπηρεσίες
Υπουργείο Υγείας
CY-1475 Λευκωσία
Φαξ: + 357 22608649
Ιστότοπος: www.moh.gov.cy/phs

5. Πως να φυλάσσετε το Microlax®

Το φάρμακο αυτό δεν απαιτεί ειδικές συνθήκες αποθήκευσης.

Το φάρμακο αυτό πρέπει να φυλάσσεται σε μέρη που δεν το βλέπουν και δεν το φθάνουν τα παιδιά.

Να μην χρησιμοποιείτε αυτό το φάρμακο μετά την ημερομηνία λήξης που αναφέρεται στην εξωτερική συσκευασία.

Η ημερομηνία λήξης είναι η τελευταία ημέρα του μήνα που αναφέρεται εκεί.

Μην πετάτε φάρμακα στο νερό της αποχέτευσης ή στα οικιακά απορρίμματα. Ρωτήστε το φαρμακοποιό σας για το πως να πετάξετε τα φάρμακα που δεν χρησιμοποιείτε πια. Αυτά τα μέτρα θα βοηθήσουν στην προστασία του περιβάλλοντος.

6. Περιεχόμενα της συσκευασίας και λοιπές πληροφορίες

Τι περιέχει το Microlax®

Οι δραστικές ουσίες είναι :

Υγρή σορβιτόλη (κρυσταλλική)	4.4650 g
Κιτρικό νάτριο	0.4500 g
Θειοξικό λαουρικό νάτριο	0.0645 g

Ανά 5 ml ορθικού διαλύματος

Τα άλλα έκδοχα είναι σορβικό οξύ, γλυκερόλη και κεκαθαρισμένο ύδωρ.

Εμφάνιση του Microlax® και περιεχόμενα της συσκευασίας

Αυτό το φάρμακο είναι ένα ορθικό διάλυμα.

Το ορθικό αυτό διάλυμα είναι άχρωμο, παχύρρευστο και περιέχει μικρές φυσαλίδες αέρα σε περιέκτη μιας δόσης.

Συσκευασίες των 4, 6, 12 ή 50 περιεκτών μιας δόσης.

Μπορεί να μην κυκλοφορούν όλες οι συσκευασίες.

Κάτοχος Άδειας Κυκλοφορίας

Johnson & Johnson Hellas Consumer AE

Αιγιαλείας Επιδαύρου 4, 15125, Μαρούσι, Αθήνα, Ελλάδα

Τηλ. 0030 210 6875528

Τοπικός αντιπρόσωπος στην Κύπρο:

Phadisco Ltd

Λ. Γιάννου Κρανιδιώτη 185, CY-2234 Λατσία, Κύπρος.

Τηλ: 22715000

Παρασκευαστής

Famar orleans

5, Avenue De Concyr

45071 Orleans Cedex 2

Γαλλία

Το παρόν φύλλο οδηγιών αναθεωρήθηκε για τελευταία φορά στις:

Ελλάδα:

Κύπρος:

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΔΥΣΚΟΙΛΙΟΤΗΤΑ

Τι πρέπει να γνωρίζετε

Η δυσκοιλιότητα χαρακτηρίζεται από τη μείωση της συχνότητας των κενώσεων κάτω από τις 3 ανά εβδομάδα.

Αυτός ο ορισμός δεν αποτελεί απόλυτο κανόνα. Πράγματι, η συνήθης διάρκεια της διέλευσης (διατροφή μέσω του εντέρου) και συνεπώς η συχνότητα των κοπράνων διαφέρει σημαντικά από το ένα άτομο στο άλλο. Έτσι, είναι σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη το αίσθημα κακουχίας ή τα προβλήματα που συνδέονται με αυτή την επιβράδυνση της διέλευσης.

Στην περίπτωση δυσκοιλιότητας, μπορεί να υπάρχει δυσφορία στην κοιλιά. Η αφόδευση είναι δύσκολη, ακόμη και επίπονη. Η αποβολή των κοπράνων φαίνεται ελλιπής. Τα κόπρανα είναι σκληρά και σε μικρή ποσότητα. Μπορεί να εμφανιστούν κράμπες ή φούσκωμα.

Η περιστασιακή δυσκοιλιότητα συνήθως οφείλεται σε αλλαγή στις καθημερινές συνήθειες (ταξίδι στο εξωτερικό, αλλαγές στη διατροφή, άγχος, κλπ.) ή στην προσπάθεια συγκράτησης της αφόδευσης.

Οι διατροφικές συνήθειες και ο τρόπος ζωής (έλλειψη σωματικής δραστηριότητας) μπορούν επίσης να προκαλέσουν ανισορροπία στην εντερική λειτουργία που μπορεί να οδηγήσει σε δυσκοιλιότητα για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα (χρόνια δυσκοιλιότητα).

Άλλες καταστάσεις μπορεί να οδηγήσουν σε δυσκοιλιότητα: ορισμένα φάρμακα (μερικά παυσίπονα, αντικαταθλιπτικά, αντιβηχικά, αντιόξινα με βάση το αργίλιο ...). Στις γυναίκες: ορισμένες περιόδους του εμμηνορροϊκού κύκλου, εγκυμοσύνη ή εμμηνόπαυση.

Τι μπορείτε να κάνετε μόνοι σας

Η μεμονωμένη δυσκοιλιότητα αν και δυσάρεστη, είναι ασήμαντη.

Μερικές απλές συμβουλές για έναν υγιεινό τρόπο ζωής συχνά επιτρέπουν τη διευκόλυνση της εντερικής διέλευσης και της κένωσης.

- Να τρώτε πράσινα λαχανικά, με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες και φρέσκα φρούτα που διευκολύνουν την κένωση.

Μπορείτε επίσης να τρώτε σταδιακά και χωρίς κατάχρηση ψωμί ή μπισκότα με πίτουρο ή με δημητριακά ολικής αλέσεως.

- Αποφύγετε τροφές πολύ λιπαρές ή πολύ γλυκές
- Πίνετε επαρκείς ποσότητες υγρών και τακτικά κατά τη διάρκεια της ημέρας (τουλάχιστον 1,5 λίτρα / ημέρα): καταναλώνετε νερό, χυμούς φρούτων και σούπες όσο θέλετε.
- Συνηθίστε τον εαυτό σας να χρησιμοποιεί την τουαλέτα σε συγκεκριμένες ώρες (συνήθως 30 με 60 λεπτά μετά τα γεύματα) χωρίς να καταβάλετε μεγάλη προσπάθεια για να «σπρώξετε». Ο οργανισμός σας θα συνηθίσει αυτό το πρόγραμμα. Είναι επίσης σημαντικό να παίρνετε το χρόνο σας.
- Μην ξεχνάτε τη γυμναστική και τη σωματική άσκηση όπως το περπάτημα, οι οποίοι είναι εξαιρετικοί τρόποι να αντιμετωπίσετε τη δυσκοιλιότητα.