

ΦΥΛΛΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΧΡΗΣΗΣ

Φύλλο οδηγιών χρήσης: Πληροφορίες για τον ασθενή Bestmag 243 mg αναβράζοντα κοκκία

Μαγνήσιο

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

- Φυλάξτε αυτό το φύλλο οδηγιών χρήσης. Ίσως χρειαστεί να το διαβάσετε ξανά.
- Εάν έχετε περαιτέρω απορίες, ρωτήστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.
- Η συνταγή γι' αυτό το φάρμακο χορηγήθηκε αποκλειστικά για σας. Δεν πρέπει να δώσετε το φάρμακο σε άλλους. Μπορεί να τους προκαλέσει βλάβη, ακόμα και όταν τα συμπτώματα της ασθένειας τους είναι ίδια με τα δικά σας.
- Εάν παρατηρήσετε κάποια ανεπιθύμητη ενέργεια,, ενημερώστε το γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας. Αυτό ισχύει και για κάθε πιθανή ανεπιθύμητη ενέργεια που δεν αναφέρεται στο παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης. Βλέπε παράγραφο 4.

Τι περιέχει το παρόν φύλλο οδηγιών:

- 1 Τι είναι το Bestmag και ποια είναι η χρήση του
- 2 Τι πρέπει να γνωρίζετε πριν πάρετε το Bestmag
- 3 Πώς να πάρετε το Bestmag
- 4 Πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες
- 5 Πώς να φυλάσσετε το Bestmag
6. Περιεχόμενο της συσκευασίας και λοιπές πληροφορίες

1. Τι είναι το Bestmag και ποια είναι η χρήση του

Το Bestmag ανήκει στην ομάδα των προϊόντων που ονομάζονται συμπληρώματα μετάλλων. Χρησιμοποιείται στην θεραπεία των:

- Καταστάσεων ανεπάρκειας μαγνησίου, με την προϋπόθεση ότι αυτές δεν μπορούν να αντιμετωπισθούν μέσω της διατροφής.
- Διαταραχές της μυϊκής λειτουργίας, που προκαλούνται από επιβεβαιωμένη ανεπάρκεια μαγνησίου από τον γιατρό σας (νευρομυϊκές διαταραχές, μυϊκές κράμπες, π.χ. κράμπες στη γαστροκνημία, νυκτερινές κράμπες).

Το Bestmag βοηθά τον οργανισμό σας να επαναφέρει σε φυσιολογικά επίπεδα την ισοροπία μαγνησίου. Η ανεπάρκεια μαγνησίου είναι μια συχνά παρατηρούμενη διαταραχή στον μεταβολισμό των μετάλλων.

Παίρνοντας Bestmag βοηθάτε στην θεραπεία των συμπτωμάτων ανεπάρκειας όπως είναι ο μυϊκός τρόμος, οι μυϊκές κράμπες και οι αυξημένες αντιδράσεις αντανακλαστικών.

2. Τι πρέπει να γνωρίζετε πριν πάρετε το Bestmag

Μην πάρετε το Bestmag

- σε περίπτωση αλλεργίας στο μαγνήσιο ή σε οποιοδήποτε άλλο από τα συστατικά αυτού του φαρμάκου (αναφέρονται στην παράγραφο 6).
- έχετε σοβαρή διαταραχή της νεφρικής λειτουργίας

Προειδοποιήσεις και προφυλάξεις

Απευθυνθείτε στον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας πριν πάρετε το Bestmag.

Προσέξτε ιδιαίτερα με το Bestmag εάν:

- Έχετε διαταραγμένη νεφρική λειτουργία
- Λαμβάνετε ταυτόχρονα αντιόξινα ή καθαρτικά που περιέχουν άλατα μαγνησίου, όπως το Bestmag, ιδιαίτερα στην περίπτωση που έχετε νεφρική ανεπάρκεια

- Έχετε τάση για σχηματισμό λίθων κατά τη διάρκεια λοίμωξης του ουροποιητικού συστήματος
- Υποφέρετε από αφυδάτωση
- Έχετε σοβαρά καρδιακά προβλήματα
- Έχετε δυσανεξία σε μερικά σάκχαρα διότι το Bestmag περιέχει σορβιτόλη
- Δεν μπορεί να αφομοιώσετε σωστά το μαγνήσιο
- Έχετε ανεπάρκεια ασβεστίου

Άλλα φάρμακα και Bestmag

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

Να μην πάρετε Bestmag με:

- Κάποια χημειοθεραπευτικά ή αντιβιοτικά (αμινοκινολίνες, κινιδίνες και παράγωγα κινιδίνης, νιτροφουραντοΐνη, πενικιλλαμίνη και τετρακυκλίνες) επειδή μπορεί να παρατηρηθεί αμοιβαία μείωση της απορρόφησης των συγχορηγούμενων φαρμάκων.
- Σίδηρο, καθώς απορρόφηση του σιδήρου μπορεί να μειωθεί από το μαγνήσιο.
- Συγκεκριμένα καρδιολογικά φάρμακα (π.χ. γλυκοσίδες δακτυλίτιδας) διότι η απορρόφηση τους μπορεί να μειωθεί ή και να παρεμποδιστεί εάν παίρνετε ταυτόχρονα Bestmag.
- Άλλα σκευάσματα που περιέχουν μαγνήσιο (π.χ. αντιόξινα ή καθαρτικά), σκευάσματα που περιέχουν ασβέστιο ή τα καλιοσυντηρητικά διουρητικά (π.χ. αμιλορίδη), ειδικά εάν έχετε νεφρική ανεπάρκεια διότι μπορεί να αυξήσει τις συγκεντρώσεις ασβεστίου ή μαγνησίου στο αίμα.

Κύηση και θηλασμός

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.

Το Bestmag μπορεί να χρησιμοποιηθεί σύμφωνα με την προτεινόμενη δοσολογία κατά την κύηση και τη γαλουχία.

Οδήγηση και χειρισμός μηχανημάτων

Δεν υπάρχει γνωστή επίδραση στην οδήγηση και ικανότητα χειρισμού μηχανημάτων δημιουργούμενη από τη λήψη Bestmag.

Σημαντικές πληροφορίες σχετικά με ορισμένα συστατικά του Bestmag

Το φάρμακο αυτό περιέχει 159,5 mg νατρίου (κύριο συστατικό μαγειρικού/επιτραπέζιου αλάτος) σε κάθε φακελίσκο. Αυτό ισοδυναμεί με το 7,98% της συνιστώμενης μέγιστης ημερήσιας πρόσληψης νατρίου με την διατροφή για έναν ενήλικα. Συζητήστε με το φαρμακοποιό ή το γιατρό σας εάν χρειάζεστε το Bestmag σε καθημερινή βάση για παρατεταμένο χρονικό διάστημα, ειδικά εάν σας έχει συμβουλευτεί να έχετε δίαιτα χαμηλή σε αλάτι.

- Εάν σας έχει πει ο γιατρός ότι έχετε δυσανεξία σε ορισμένα σάκχαρα, επικοινωνήστε με το γιατρό σας πριν πάρετε αυτό το φάρμακο διότι περιέχει σορβιτόλη.

Το Bestmag περιέχει 6 mg ασπαρτάμης σε κάθε φακελίσκο. Η ασπαρτάμη είναι πηγή φαινυλαλανίνης. Μπορεί να είναι επιβλαβής εάν κάποιος έχει φαινυλκετονουρία (PKU) μία σπάνια γενετική διαταραχή στην οποία η φαινυλαλανίνη συσσωρεύεται επειδή το σώμα δεν μπορεί να την αποβάλλει φυσιολογικά.

3. Πώς να πάρετε το Bestmag

Πάντοτε να παίρνετε το φάρμακο αυτό αυστηρά σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού ή του φαρμακοποιού σας. Εάν έχετε αμφιβολίες, ρωτήστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

Η συνιστώμενη δόση είναι:

Ενήλικες και έφηβοι:

Ένα ή δύο (1 ή 2) φακελίσκοι, που ισοδυναμούν με 243-486 mg μαγνησίου την ημέρα.

Παιδιά ηλικίας 10 ετών έως 12 ετών (30 έως 43 κιλά σωματικού βάρους):

Ένα φακελίσκο που ισοδυναμεί με 243 μαγνησίου την ημέρα.

Διαλύστε ένα φακελίσκο σε ένα ποτήρι νερό. Μετά πείτε όλο το περιεχόμενο του ποτηριού.

Πόσο χρόνο πρέπει να παίρνω το Bestmag

Δεν υπάρχει χρονικό όριο όσον αφορά τη διάρκεια λήψης. Η θεραπεία πρέπει να σταματήσει μόλις η έλλειψη μαγνησίου διορθωθεί. Σε περιπτώσεις χρόνιας ανεπάρκειας μαγνησίου, η θεραπεία πρέπει να διαρκεί τουλάχιστον 4 εβδομάδες. Εάν αισθάνεστε ότι το Bestmag δεν είναι αποτελεσματικό συζητήστε το με το γιατρό σας ή με το φαρμακοποιό σας.

Εάν πάρετε μεγαλύτερη δόση Bestmag από την κανονική

Εάν έχετε φυσιολογική νεφρική λειτουργία, δεν αναμένεται να εκδηλωθούν συμπτώματα δηλητηριάσεως ακόμα και με υπερβολική δόση. Τα συμπτώματα από την λήψη οποιασδήποτε υπερβολικής δόσης, μπορεί να περιλαμβάνουν γαστρεντερικές διαταραχές, όπως διάρροια και κοιλιακές ενοχλήσεις, κατακράτηση ούρων, συμπτώματα από την καρδιά, αναπνευστική ανεπάρκεια. Σε περίπτωση που οποιαδήποτε από αυτά τα συμπτώματα εμφανιστούν σταματήστε αμέσως να παίρνετε τα δισκία Bestmag και ενημερώστε το γιατρό σας.

Εάν ξεχάσετε να πάρετε το Bestmag

Πάρτε την επόμενη δόση την συνηθισμένη ώρα. Μην πάρετε διπλή δόση για να αναπληρώσετε τη δόση που ξεχάσατε.

Εάν έχετε περισσότερες ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση αυτού του φαρμάκου, ρωτήστε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

4. Πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες

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

Πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες όταν ληφθούν υψηλές δόσεις, είναι:

Διάρροια ή γαστρεντερικός ερεθισμός, αλλά δεν είναι επικίνδυνες. Αν παρατηρηθεί διάρροια, μειώστε την ημερήσια δόση ή να διακόψετε προσωρινά την χορήγηση.

Εάν έχετε πρόβλημα με τα νεφρά και λαμβάνετε υψηλές δόσεις μαγνησίου για μεγάλο διάστημα:

- Μπορεί να εμφανιστεί κόπωση. Σε αυτήν την περίπτωση μειώστε την ημερήσια δόση ή διακόψτε προσωρινά την χορήγηση.

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, μέσω του εθνικού συστήματος αναφοράς που αναγράφεται παρακάτω:

Ελλάδα

Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων

Μεσογείων 284

GR-15562 Χολαργός, Αθήνα

Τηλ: + 30 21 32040380/337

Φαξ: + 30 21 06549585

Ιστότοπος: <http://www.eof.gr>

Μέσω της αναφοράς ανεπιθύμητων ενεργειών μπορείτε να βοηθήσετε στη συλλογή περισσότερων πληροφοριών σχετικά με την ασφάλεια του παρόντος φαρμάκου.

5. Πώς να φυλάσσετε το Bestmag

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

Να μη χρησιμοποιείτε αυτό το φάρμακο μετά την ημερομηνία λήξης που αναφέρεται στο κουτί μετά την <ΛΗΞΗ>. Η ημερομηνία λήξης είναι η τελευταία ημέρα του μήνα που αναφέρεται εκεί.

Να φυλάσσεται στον αρχικό περιέκτη. Το φάρμακο αυτό δεν απαιτεί ιδιαίτερες συνθήκες φύλαξης. Πάρτε το περιεχόμενο του φακελίσκου αμέσως μετά τη διάλυσή του σε νερό.

Μην πετάτε φάρμακα στο νερό της αποχέτευσης ή στα οικιακά απορρίματα. Ρωτήστε το φαρμακοποιό σας για το πώς 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 Bestmag

- Οι δραστικές ουσίες είναι Magnesium aspartate dihydrate και Magnesium Citrate. Κάθε φακελίσκος περιέχει 667,56 mg magnesium aspartate dihydrate και 1229,3 mg magnesium citrate που ισοδυναμούν με 243 mg μαγνησίου (10 mmol μαγνησίου).
- Τα άλλα συστατικά είναι: Citric acid anhydrous, Sodium hydrogen carbonate, Sorbitol, Aspartame, Saccharin Sodium, Lemon flavor.

Εμφάνιση του Bestmag και περιεχόμενα της συσκευασίας

Τα αναβράζοντα κοκκία είναι λευκά έως υπόλευκα.

Το Bestmag διατίθενται σε συσκευασία των 10, 20 και 30 φακελίσκων.

Μπορεί να μην κυκλοφορούν όλες οι συσκευασίες.

Κάτοχος Άδειας Κυκλοφορίας και Παρασκευαστής

Κάτοχος Άδειας Κυκλοφορίας

ΛΥΟΦΙΝ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Α.Ε., Δ.Τ. Lyofin Ltd
Δερβενακίων 38 & Σαχίνη, 153 44, Γέρακας, Αττική
Τ: 210 6393944
F: 210 6619944
e-mail: info@lyofin.gr

Παρασκευαστής

ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ BENNETT ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Α.Ε.
Αιγίου 26, Θέση Καρελά, 19441 Κορωπί, Αττική

Το παρόν φύλλο οδηγιών χρήσης ανανεωρήθηκε για τελευταία φορά στις {ημερομηνία}

<[Να συμπληρωθεί σε εθνικό επίπεδο]>