

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

### Calci D3-Denk 1000 mg / 880 I.E. Brausetabletten

Zur Anwendung bei Erwachsenen

Wirkstoffe: Calciumcarbonat und Vitamin D<sub>3</sub>

### Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes, Apothekers oder des medizinischen Fachpersonals ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Apotheker oder das medizinische Fachpersonal. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich durch die Therapie nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

### Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Calci D3-Denk und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Calci D3-Denk beachten?
3. Wie ist Calci D3-Denk einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Calci D3-Denk aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### 1. WAS IST Calci D3-Denk UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?

Calci D3-Denk ist ein:

Mineralstoff-Vitamin-Kombinationspräparat zur Behandlung von Calcium- und Vitamin D-Mangelzuständen.

Es wird angewendet:

- zur unterstützenden Behandlung von Osteoporose (Erkrankung des Skeletts mit Verminderung der Knochenmasse) bei Patienten mit gleichzeitigem Calcium- und Vitamin D-Mangel
- zum Ausgleich eines gleichzeitigen Calcium- und Vitamin D-Mangels bei älteren Menschen.

#### 2. WAS SOLLTEN SIE VOR DER EINNAHME VON Calci D3-Denk BEACHTEN?

##### Calci D3-Denk darf nicht eingenommen werden

- wenn Sie **allergisch** gegen einen der Wirkstoffe, Soja, Erdnuss oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.
- wenn Sie zu **hohe Calciumkonzentrationen** im Blut oder im Urin haben.
- wenn Sie calciumhaltige **Nierensteine** oder eine **Verkalkung der Niere** haben.
- wenn Sie Ihre **Gliedmaßen** längere Zeit **nicht bewegen** können oder ruhig gestellt werden (Immobilisation).

##### Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Apotheker oder dem medizinischen Fachpersonal, bevor Sie Calci D3-Denk einnehmen

- wenn Sie zur Bildung von **Nierensteinen** und **Nierenverkalkung** neigen, oder wenn in Ihrer Familie Calcium-haltige Nierensteine vorgekommen sind. Durch die Einnahme von Calci D3-Denk erhöht sich die Ausscheidung von Calcium im Urin. Dadurch kann unter Umständen in den ersten Monaten

der Behandlung die Bildung von Calcium-haltigen Steinen in Niere und Harnblase gesteigert sein. Dies können Sie vermeiden, indem Sie viel trinken.

- wenn Sie an **eingeschränkter Nierenfunktion** leiden. Sie sollten dann Calci D3-Denk nur unter regelmäßiger Überwachung der Calcium- und Phosphatkonzentrationen im Blut und Urin anwenden.
- wenn Sie eine **erniedrigte Phosphatkonzentration** im Blut haben. Calciumsalze vermindern die Aufnahme von Phosphaten.
- wenn Sie **zusätzlich** andere **Vitamin-D**-haltige Arzneimittel einnehmen. Die Dosis an Vitamin D in Calci D3-Denk muss dann berücksichtigt werden. Wenn Sie zusätzlich Vitamin D oder Calcium einnehmen, sollten Sie dies nur unter ärztlicher Überwachung tun. Ihre Calciumspiegel im Blut und Urin müssen dann überwacht werden.
- wenn Sie unter einer **Störung des Parathormons** leiden (Das Parathormon regelt die Calciumkonzentration im Blut). Ihr Vitamin-D<sub>3</sub>-Bedarf kann dann herabgesetzt sein. Um eine Überdosierung zu vermeiden, sollten Sie Vitamin-D-Präparate mit geringerem Wirkstoffgehalt einnehmen. Ihr Arzt wird Sie entsprechend beraten.
- wenn Sie Calci D3-Denk **über eine lange Zeit einnehmen**. In diesem Fall sollten bei Ihnen die Calciumspiegel im Blut und im Urin sowie die Nierenfunktion regelmäßig überwacht werden. Dies ist besonders wichtig bei älteren Patienten und wenn Sie gleichzeitig Arzneimittel gegen Herzschwäche (Herzglykoside) oder entwässernde Arzneimittel (Diuretika) einnehmen.
- wenn Sie **erhöhte Calciumkonzentration** im Blut haben oder Anzeichen einer **verminderten Nierenfunktion** vorliegen. Die Dosis von Calci D3-Denk muss dann verringert oder die Behandlung unterbrochen werden.
- wenn bei Ihnen die **Ausscheidung von Calcium und Phosphat** über die Niere **gestört** ist. Die Calciumspiegel im Blut und Urin sollten dann bei Ihnen regelmäßig überwacht werden.
- wenn Sie mit bestimmten **entwässernden Arzneimitteln** (Benzothiadiazin-Derivate) behandelt werden. Die Calciumspiegel im Blut und Urin sollten dann bei Ihnen regelmäßig überwacht werden.
- wenn Sie sich **längere Zeit kaum bewegen** konnten. Die Calciumspiegel im Blut und Urin sollten dann bei Ihnen regelmäßig überwacht werden.
- wenn Sie an **Sarcoidose** leiden, eine Autoimmunerkrankung, die hauptsächlich Lunge und Lymphknoten befällt. Die Calciumspiegel im Blut und Urin sollten dann bei Ihnen regelmäßig überwacht werden.
- wenn Sie hohe Dosen an Calcium zusammen mit alkalischen Agentien (wie Karbonaten) aus anderen Quellen (z.B. Nahrungsmitteln, angereicherten Lebensmitteln oder anderen Arzneimitteln) eingenommen haben. Dies kann zu einem Milch-Alkali-Syndrom (Burnett-Syndrome) mit Hyperkalzämie, metabolischer Alkalose, Nierenversagen und Weichteilverkalkung führen. Die Calciumspiegel im Blut und Urin sollten dann bei Ihnen regelmäßig überwacht werden.

### **Einnahme von Calci D3-Denk zusammen mit anderen Arzneimitteln**

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/ anwenden, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen/ angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel einzunehmen/ anzuwenden.

Bestimmte Arzneimittel können die Wirkung von Calci D3-Denk beeinflussen, und umgekehrt kann Calci D3-Denk die Wirkung anderer Arzneimittel beeinflussen. Es kann zu **Wechselwirkungen** kommen. Dies müssen Sie beachten, wenn Sie eines der folgenden Arzneimittel einnehmen:

- Vitamin D  
Die Wirkung von Calcium wird gesteigert.
- Diuretika vom Thiazid-Typ (Bestimmte harntreibende Arzneimittel)  
Die Calciumausscheidung wird vermindert. Bei gleichzeitiger Einnahme von diesen Arzneimitteln und Calci D3-Denk sollte deshalb der Serum-Calciumspiegel regelmäßig überwacht werden.
- Herzwirksame Glykoside (Arzneimittel gegen Herzschwäche)  
Das Risiko von Herzrhythmusstörungen kann erhöht sein. Wenn Sie gleichzeitig mit herzwirksamen Glykosiden und Calcium behandelt werden, sollten Sie mittels EKG und Kontrolle der Serum-Calciumspiegel überwacht werden.
- Corticosteroide (Arzneimittel zur Behandlung von Rheuma, Asthma und entzündlichen Erkrankungen)  
Wenn Sie Corticosteroide einnehmen, kann das die Aufnahme von Calcium verringern und die Wirkung von Vitamin D beeinträchtigen. Die Dosis von Calci D3-Denk muss eventuell erhöht werden.

- Antibiotika (z.B. Tetracycline, Chinolone, einige Cefalosporine)  
Ketoconazol (Arzneimittel zur Behandlung von Pilzinfektionen)  
Eisen-Präparate (zur Behandlung von Blutarmut)  
Natriumfluorid-Präparate (z. B. zur Behandlung von Osteoporose)  
Estramustin (Arzneimittel zur Behandlung von Prostatakrebs)  
Bisphosphonat-Präparate (zur Behandlung von Osteoporose)  
Die Wirksamkeit dieser Präparate wird durch die gleichzeitige Einnahme von Calci D3-Denk vermindert. Zwischen der Einnahme von Calci D3-Denk und der Einnahme eines dieser Präparate sollte daher ein Abstand von mindestens 2 Stunden eingehalten werden.
- Barbiturate (Behandlung von Epilepsie, Schlafstörungen sowie zur Narkose)  
Phenytoin (Arzneimittel zur Behandlung der Epilepsie)  
Diese Arzneimittel können die Wirkung von Vitamin D beeinträchtigen.

### **Einnahme von Calci D3-Denk zusammen mit Nahrungsmitteln, Getränken und Alkohol**

Bitte beachten Sie, dass **Milchprodukte** einen hohen Calciumgehalt haben. Dies müssen Sie berücksichtigen, wenn Sie Calci D3-Denk einnehmen. Ein Liter Milch kann z.B. bis zu 1200 mg Calcium enthalten. Dadurch wird die Wirkung von Calci D3-Denk verstärkt. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie Milchprodukte in großen Mengen zu sich nehmen.

Es können **Wechselwirkungen mit Nahrungsmitteln** auftreten die Oxalsäure, Phytinsäure oder Phosphate enthalten. Dazu gehören z.B. Spinat, Rhabarber und Getreideprodukte. Wenn Sie solche Nahrungsmittel zu sich nehmen, sollten Sie Calci D3-Denk erst zwei Stunden nach dem Essen einnehmen.

### **Schwangerschaft, Stillzeit und Zeugungs-/Gebärfähigkeit**

Wenn Sie schwanger sind oder stillen, oder wenn Sie vermuten, schwanger zu sein oder beabsichtigen, schwanger zu werden, fragen Sie vor der Einnahme dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Während der Schwangerschaft sollten Sie Calci D3-Denk **nur bei absoluter Notwendigkeit** einnehmen, und nur so dosiert, wie es zum Beheben des Mangels an Calcium und Vitamin D unbedingt notwendig ist. Überdosierungen von Vitamin D in der Schwangerschaft müssen verhindert werden, da eine lang anhaltende erhöhte Calciumkonzentration im Blut zu körperlicher und geistiger Behinderung sowie angeborenen Herz- und Augenerkrankungen des Kindes führen kann.

Falls Sie schwanger sind, sollten Sie vor der Einnahme von Calci D3-Denk mit Ihrem Arzt sprechen.

Calci D3-Denk sollte während der Stillzeit nur dann eingenommen werden, wenn ein **Mangel an Calcium und Vitamin D** besteht. Vitamin D und seine Stoffwechselprodukte gehen in die Muttermilch über. Bislang ist nicht beobachtet worden, dass Säuglinge auf diesem Wege zuviel Calcium und Vitamin D<sub>3</sub> erhalten haben.

Falls Sie Ihr Kind stillen, sollten Sie vor der Einnahme von Calci D3-Denk mit Ihrem Arzt sprechen.

### **Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen**

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

- ! Calci D3-Denk enthält **Sojaöl**. Sojaöl kann in seltenen Fällen schwere allergische Reaktionen hervorrufen. Wenn Sie überempfindlich gegenüber Sojaöl sind, dürfen Sie Calci D3-Denk nicht einnehmen. Dies gilt auch, wenn Sie wissen, dass Sie auf **Erdnüsse** überempfindlich reagieren, da Sojabohnen und Erdnüsse verwandte Hülsenfrüchte sind. (siehe Abschnitt 2. unter "Calci D3-Denk darf nicht eingenommen werden").

Calci D3-Denk enthält **Milchzucker** (Lactose) und **Zucker** (Sucrose). Bitte nehmen Sie Calci D3-Denk daher erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Calci D3-Denk enthält Zucker. Dies kann schädlich für die Zähne sein (**Karies**).

Dieses Arzneimittel enthält 94,5 mg Natrium (Hauptbestandteil von Kochsalz/Speisesalz) pro Brausetablette. Dies entspricht 4,725 % der für einen Erwachsenen empfohlenen maximalen täglichen

Natriumaufnahme mit der Nahrung. Wenn Sie eine kochsalzarme Diät einhalten müssen, sollten Sie dies berücksichtigen.

① Hinweis für Diabetiker:

Eine Brausetablette enthält 3,7 g Zucker (Sucrose), entsprechend 0,31 BE.

### 3. WIE IST Calci D3-Denk EINZUNEHMEN?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach der mit Ihrem Arzt, Apotheker oder dem medizinischen Fachpersonal getroffenen Absprache ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt, Apotheker oder dem medizinischen Fachpersonal nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

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

Einmal täglich 1 Brausetablette (entsprechend 1000 mg Calcium und 880 I.E. Vitamin D).

Hinweis zur Einnahme der Brausetabletten

Lösen Sie die Brausetablette in einem Glas Wasser (ca. 200 ml) auf und trinken Sie die Lösung sofort danach. Sie können die Brausetablette zum Essen oder auch zwischen den Mahlzeiten einnehmen.

Dauer der Behandlung

Die Behandlung des Calciummangels und der Osteoporose ist normalerweise eine Langzeitbehandlung. Über die notwendige Dauer der Anwendung befragen Sie bitte Ihren Arzt!

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Calci D3-Denk zu stark oder zu schwach ist.

**Wenn Sie eine größere von Menge Calci D3-Denk eingenommen haben als Sie sollten**

Wenn Sie mehr Calci D3-Denk eingenommen haben als Sie sollten, oder wenn Kinder versehentlich das Arzneimittel eingenommen haben, setzen Sie sich bitte **sofort** mit Ihrem **Arzt** in Verbindung. Er wird dann über das weitere Vorgehen entscheiden.

Anzeichen einer **Überdosierung** können sein: Übelkeit, Erbrechen, anfangs oft Durchfälle, später Verstopfung, Appetitlosigkeit, Mattigkeit, Kopfschmerzen, Muskel- und Gelenkschmerzen, Muskelschwäche sowie hartnäckige Schläfrigkeit, gesteigerter Durst, erhöhter Harndrang und in der Endphase Austrocknung.

Befragen Sie bitte Ihren Arzt zu den Symptomen einer Überdosierung von Vitamin D.

**Wenn Sie die Einnahme von Calci D3-Denk vergessen haben**

Nehmen Sie nicht die doppelte Menge ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben.

**Wenn Sie die Einnahme von Calci D3-Denk abbrechen**

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie die Behandlung unterbrechen oder vorzeitig beenden wollen.

Wenn Sie die Behandlung zu früh abbrechen oder unterbrechen, ist der **Behandlungserfolg** in Frage gestellt. Ihre Beschwerden können sich wieder verschlechtern oder erneut auftreten.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Apotheker oder das medizinische Fachpersonal.

### 4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?

Wie alle Arzneimittel kann Calci D3-Denk 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 Behandelte von 100
Gelegentlich:	1 bis 10 Behandelte von 1.000

Selten:	1 bis 10 Behandelte von 10.000
Sehr selten:	weniger als 1 Behandler von 10.000
Nicht bekannt:	Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar.

### Mögliche Nebenwirkungen

#### ▪ **Erkrankungen des Immunsystems**

sehr selten: Sojaöl, ein sonstiger Bestandteil von Calci D3-Denk, kann allergische Reaktionen hervorrufen.

#### ▪ **Stoffwechsel- und Ernährungsstörungen**

Selten: Erhöhung der Calciumkonzentration im Blut (Hypercalcämie); vermehrte Calciumausscheidung im Urin (Hypercalcurie)  
Bei einer schweren und lang anhaltenden Hypercalcämie können akute Herzrhythmusstörungen, Übelkeit, Erbrechen, psychische Symptome und Bewusstseinsstörungen auftreten sowie chronische Folgen wie z.B. vermehrter Harndrang, verstärktes Durstgefühl, Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust, Nierensteinbildung, Nierenverkalkung und Verkalkung in Geweben außerhalb des Knochens.  
In Einzelfällen sind tödliche Verläufe beschrieben worden (siehe Abschnitt 3. unter "Wenn Sie eine größere Menge von Calci D3-Denk eingenommen haben als Sie sollten").

#### ▪ **Magen- und Darmerkrankungen**

Selten: Verstopfung, Blähungen, Übelkeit, Bauchschmerzen und Durchfall

#### ▪ **Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes**

Selten: Juckreiz, Nesselsucht und Hautausschlag

Wenn hohe Dosen an Calcium zusammen mit alkalischen Agentien (wie Carbonaten) aus anderen Quellen (z.B. Nahrungsmitteln, angereicherten Lebensmitteln oder anderen Arzneimitteln) eingenommen werden, kann dies zu einem Milch-Alkali-Syndrom (Burnett-Syndrome) führen, das sich in folgenden Symptomen äußert: häufiger Harndrang, ständige Kopfschmerzen, ständiger Appetitverlust, Übelkeit oder Erbrechen, ungewöhnliche Müdigkeit oder Schwäche, Hypercalcämie, Alkalose und Nierenfunktionsstörung.

### Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Apotheker oder das medizinische Fachpersonal. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt über

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte  
Abt. Pharmakovigilanz  
Kurt-Georg-Kiesinger Allee 3  
D-53175 Bonn  
Website: <http://www.bfarm.de>

anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

### **5. WIE IST Calci D3-Denk AUFZUBEWAHREN?**

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Boden des Röhrchens und der Faltschachtel nach "Verwendbar bis" angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Das Röhrchen muss **dicht verschlossen** und **trocken** gelagert werden.

! Sie dürfen die Brausetabletten nicht mehr verwenden, wenn Sie deutliche **Veränderungen in Form und Farbe** feststellen.

Der Inhalt jedes Röhrchens ist nach Anbruch 1 Monat haltbar.

Entsorgen Sie Arzneimittel nicht im Abwasser oder Haushaltsabfall. Fragen Sie Ihren Apotheker, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei.

## 6. INHALT DER PACKUNG UND WEITERE INFORMATIONEN

### Was Calci D3-Denk enthält

Die **Wirkstoffe** sind: Calciumcarbonat und Vitamin D<sub>3</sub> (Colecalciferol).

#### Eine Brausetablette enthält:

2500 mg Calciumcarbonat (entsprechen 1000 mg Calcium)

8,80 mg Colecalciferol-Trockenkonzentrat (Pulverform) (entsprechend 22 µg Colecalciferol = 880 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>).

#### Die sonstigen Bestandteile sind:

α-Tocopherol, hydriertes Sojaöl (Ph. Eur.), Gelatine, Sucrose, Maisstärke, Citronensäure, Natriumhydrogencarbonat, Lactose-Monohydrat, Povidon, Saccharin-Natrium, Natriumcyclamat, Macrogol, Simeticon, Methylcellulose, Orangensaft-Aroma

### Wie Calci D3-Denk aussieht und Inhalt der Packung

Calci D3-Denk Brausetabletten sind **weiß** bis fast weiß, **rund** und an den Seiten **abgeschrägt**.

Calci D3-Denk ist in Originalpackungen mit

20 Brausetabletten (N1)

40 Brausetabletten (N2) und

100 Brausetabletten (N3) erhältlich.

### Pharmazeutischer Unternehmer

Denk Pharma GmbH & Co. KG

Prinzregentenstr. 79

81675 München

### Hersteller

Swiss Caps GmbH

Grassinger Straße 9

83043 Bad Aibling

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im Dezember 2020.**