

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

**Vitamin E Nat.** Weichkapseln

Wirkstoff: RRR-alpha-Tocopherol

**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 Vitamin E Nat. jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.**

- 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 eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

### Diese Packungsbeilage beinhaltet

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

### 1. WAS IST VITAMIN E NAT. UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?

Vitamin E Nat. ist ein Vitaminpräparat.

Vitamin E Nat. wird angewendet zur Vorbeugung eines Vitamin-E-Mangels.

### 2. WAS MÜSSEN SIE VOR DER EINNAHME VON VITAMIN E NAT. BEACHTEN?

**Vitamin E Nat. darf nicht eingenommen werden,**

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegenüber Vitamin E oder einem der sonstigen Bestandteile von Vitamin E Nat. sind.

**Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Vitamin E Nat. ist erforderlich,**

- wenn Sie gleichzeitig bestimmte Arzneimittel zur Hemmung der Blutgerinnung einnehmen (siehe Abschnitt "Bei Einnahme von Vitamin E Nat. mit anderen Arzneimitteln"). Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt.
- wenn bei Ihnen gleichzeitig ein Vitamin-K-Mangel besteht. Bei durch Malabsorption bedingtem, kombiniertem Vitamin-E- und Vitamin-K-Mangel ist die Blutgerinnung sorgfältig zu überwachen, da es in Einzelfällen zu einem starken Abfall von Vitamin K kam. Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt.

**Bei Einnahme von Vitamin E Nat. mit anderen Arzneimitteln**

Die Wirkung von Vitamin E Nat. wird wie folgt beeinflusst:

- Die Wirkung von Vitamin E Nat. kann bei gleichzeitiger Einnahme von eisenhaltigen Arzneimitteln vermindert werden.

Die Wirkung nachfolgend genannter Arzneistoffe bzw. Präparategruppen kann bei gleichzeitiger Behandlung beeinflusst werden:

- Die Hemmung der Blutgerinnung durch Arzneistoffe aus der Gruppe der Vitamin-K-Antagonisten (Phenprocoumon, Warfarin, Dicumarol) kann bei gleichzeitiger Einnahme von Vitamin E verstärkt werden. Die Blutgerinnung ist daher sorgfältig zu überwachen.

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen bzw. vor kurzem eingenommen haben, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

**Schwangerschaft und Stillzeit**

Fragen Sie vor der Einnahme von allen Arzneimitteln Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

In der Schwangerschaft sollten Sie täglich 13 mg Vitamin E zu sich nehmen.

Vitamin E passiert die Plazenta. Bislang wurden beim ungeborenen Kind – auch bei höheren Einnahmemengen – keine Schädigungen beobachtet.

In der Stillzeit sollten Sie täglich 17 mg Vitamin E zu sich nehmen. Vitamin E gelangt in die Muttermilch.

**Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen**

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

**Wichtige Informationen über bestimmte sonstige Bestandteile von Vitamin E Nat.**

Dieses Arzneimittel enthält Sorbitol. Bitte nehmen Sie Vitamin E Nat. erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

**3. WIE IST VITAMIN E NAT. EINZUNEHMEN?**

Nehmen Sie Vitamin E Nat. immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

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

Erwachsene nehmen täglich 1 Weichkapsel (entsprechend 134,2 mg RRR-alpha-Tocopherol).

Für Erwachsene sind zur Vorbeugung eines Vitamin-E-Mangels in der Regel Dosierungen von maximal 50 mg RRR-alpha-Tocopherol pro Tag ausreichend.

Nehmen Sie bitte die Weichkapseln unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

Die Dauer der Einnahme ist abhängig vom Verlauf der Grunderkrankung. Fragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt!

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Vitamin E Nat. zu stark oder zu schwach ist.

#### **Wenn Sie eine größere Menge Vitamin E Nat. eingenommen haben, als Sie sollten**

Gefährliche Krankheitserscheinungen infolge einer Überdosierung (Hypervitaminose) sind nicht bekannt.

#### **Wenn Sie die Einnahme von Vitamin E Nat. vergessen haben**

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben. Fahren Sie mit der Anwendung fort, so wie es in der Dosierungsanleitung beschrieben ist.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

### **4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?**

Wie alle Arzneimittel kann Vitamin E Nat. Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

<b>Sehr häufig:</b>	mehr als 1 von 10 Behandelten
<b>Häufig:</b>	weniger als 1 von 10, aber mehr als 1 von 100 Behandelten
<b>Gelegentlich:</b>	weniger als 1 von 100, aber mehr als 1 von 1000 Behandelten
<b>Selten:</b>	weniger als 1 von 1000, aber mehr als 1 von 10 000 Behandelten
<b>Sehr selten:</b>	weniger als 1 von 10 000 Behandelten, oder unbekannt

Bei längerer Einnahme von Dosen über 400 mg RRR-alpha-Tocopherol pro Tag (entsprechend 3 Weichkapseln Vitamin E Nat.) kann es zu einer Senkung des Schilddrüsenhormonspiegels im Blut kommen.

Sehr selten treten bei hohen Dosen im Bereich von 800 mg RRR-alpha-Tocopherol pro Tag (entsprechend 6 Weichkapseln Vitamin E Nat.) Magen-Darm-Beschwerden auf.

Informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker, wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind.

### **5. WIE IST VITAMIN E NAT. AUFZUBEWAHREN?**

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und den Blistern nach „verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

#### **Aufbewahrungsbedingungen**

Die Blister im Umkarton aufbewahren, um den Inhalt vor Licht zu schützen.

## 6. WEITERE INFORMATIONEN

### Was Vitamin E Nat. enthält:

Der Wirkstoff ist RRR-alpha-Tocopherol.

Eine Weichkapsel enthält 134,2 mg RRR-alpha-Tocopherol in 181,84 – 203,95 mg Destillat aus Pflanzenöl (entsprechend 134,2 mg RRR-alpha-Tocopherol-Äquivalent).

### Hinweis:

RRR-alpha-Tocopherol gehört zu den Stoffen, die zusammenfassend als Vitamin E bezeichnet werden.

Die sonstigen Bestandteile sind:

Weizenkeimöl, Gelatine, Glycerol, D-Mannitol-D-Glucitol-Sorbitan-höhere-Polyole-Gemisch, gereinigtes Wasser

### Wie Vitamin E Nat. aussieht und Inhalt der Packung:

Vitamin E Nat. ist in Originalpackungen mit 30, 50, 60, 90, 100, 120 und 150 Weichkapseln erhältlich.

### Zulassungsinhaber:

Natu-cur Pharma GmbH  
Kölner Straße 48  
51149 Köln

### Pharmazeutischer Unternehmer:

Bio-Garten GmbH & Co. KG  
Am Krebsenbach 5 – 7  
83670 Bad Heilbrunn

Rodisma-Med Pharma GmbH  
Kölner Straße 48  
51149 Köln

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im**

Februar 2008