**Wortlaut der für die Packungsbeilage vorgesehenen Angaben**

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

**Vitamin E natural**

Weichkapsel

Wirkstoff: 134,2 mg 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 natural 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 sich Ihre Symptome verschlimmern oder 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 Gebrauchsinformation angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

**Diese Packungsbeilage beinhaltet:**

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

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

Vitamin E natural ist ein Vitaminpräparat.

**Anwendungsgebiete:**
Vitamin E natural wird angewendet zur Vorbeugung eines Vitamin E-Mangels.

Vitamin E natural ist nicht geeignet zur Behandlung von Vitamin E-Mangelzuständen, die mit einer gestörten Aufnahme von Vitamin E aus dem Darm einhergehen. In diesen Fällen stehen parenterale Zubereitungen (Injektionslösungen) zur Verfügung.

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

**Vitamin E natural darf nicht eingenommen werden:**
- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Vitamin E, Soja, Erdnuss oder einen der sonstigen Bestandteile von Vitamin E natural sind.

**Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Vitamin E natural ist erforderlich:**

- wenn Sie gleichzeitig bestimmte Arzneimittel zur Hemmung der Blutgerinnung einnehmen (siehe Abschnitt „Bei Einnahme von Vitamin E natural 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 bitte hierzu Ihren Arzt.

**Bei Einnahme von Vitamin E natural 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 von Vitamin E natural wird wie folgt beeinflusst:

- Die Wirkung von Vitamin E natural 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.

**Schwangerschaft:**
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 natural passiert die Plazenta. Bislang wurden beim ungeborenen Kind – auch bei höheren Einnahmemengen – keine Schädigungen beobachtet.

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

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

**Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:**
Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

## 3. WIE IST VITAMIN E NATURAL EINZUNEHMEN?

Nehmen Sie Vitamin E natural 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 Vitamin E natural (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. Für Kinder stehen Vitamin E-Präparate mit einem niedrigeren Wirkstoffgehalt zur Verfügung.

Art der Anwendung: Zum Einnehmen.
Nehmen Sie bitte die Weichkapseln unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

Die Dauer der Anwendung ist abhängig vom Verlauf der Grunderkrankung. Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt.

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

**Wenn Sie eine größere Menge Vitamin E natural eingenommen haben, als Sie sollten:**
Gefährliche Krankheitserscheinungen infolge einer Überdosierung (Hypervitaminose) sind nicht bekannt.

**Wenn Sie die Einnahme von Vitamin E natural vergessen haben:**
Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, sondern setzen Sie die Einnahme so fort, wie es in dieser Packungsbeilage angegeben 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 natural Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

| | |
|---|---|
| | |
| | |
| | |

| | |
|---|---|
| Sehr häufig: | mehr als 1 Behandelter 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 Behandelter von 10.000 |
| Nicht bekannt: | Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar |

**Mögliche Nebenwirkungen:**
Bei längerer Einnahme von Dosen über 400 mg RRR-alpha-Tocopherol pro Tag kann es zu einer Senkung des Schilddrüsenhormonspiegels im Blut kommen.

Sehr selten treten bei hohen Dosen im Bereich von 800 mg RRR-alpha-Tocopherol Magen-Darm-Beschwerden auf.

Sojaöl kann sehr selten allergische Reaktionen hervorrufen.

Gegenmaßnahmen: Bei Auftreten von Nebenwirkungen sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

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 NATURAL AUFZUBEWAHREN?

Arzneimittel sind für Kinder unzugänglich aufzubewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und dem Blister nach „Verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

Trocken, vor Licht geschützt und nicht über 25 ºC lagern.

## 6. WEITERE INFORMATIONEN

**Was Vitamin E natural enthält:**

**Der Wirkstoff ist:** RRR-alpha-Tocopherol.

1 Weichkapsel enthält 134,2 mg RRR-alpha-Tocopherol.

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

**Die sonstigen Bestandteile sind:** Pflanzenöl, Raffiniertes Sojaöl, Gelatine, Glycerol 85%.

**Wie Vitamin E natural aussieht und Inhalt der Packung:**
Vitamin E natural ist in Packungen mit 150 Weichkapseln erhältlich.

**Pharmazeutischer Unternehmer:**
Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47
D-73342 Bad Ditzenbach

**Hersteller:**

C.P.M. ContractPharma GmbH & Co. KG
Frühlingstr. 7
D-83620 Feldkirchen/Westerham

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im April 2008.**