

**GEBRAUCHSINFORMATION****SUPRADYN® Aktiv Balance – Brausetabletten Orange****Zulassungsnummer**

1-25560

**Was ist in SUPRADYN Aktiv Balance enthalten?**Zusammensetzung: 1 Brausetablette enthält als *Wirkstoffe***13 Vitamine**

Retinol (als Retinolpalmitat)	2666 I.E.	(Vitamin A)
Thiaminmonophosphorsäureesterchlorid (entsprechend 5,33 mg Thiaminchlorid-hydrochlorid)	6,59 mg	(Vitamin B <sub>1</sub> )
Riboflavin	4,8 mg	(Vitamin B <sub>2</sub> )
Nicotinamid	54 mg	(Vitamin B <sub>3</sub> )
Pantothensäure (als Kalziumpantothenat)	18 mg	(Vitamin B <sub>5</sub> )
Pyridoxin (als Pyridoxinhydrochlorid)	6 mg	(Vitamin B <sub>6</sub> )
Biotin	0,45 mg	(Vitamin B <sub>8</sub> )
Folsäure	0,6 mg	(Vitamin B <sub>9</sub> )
Cyanocobalamin	0,003 mg	(Vitamin B <sub>12</sub> )
Ascorbinsäure	180 mg	(Vitamin C)
Colecalciferol	200 I.E.	(Vitamin D <sub>3</sub> )
α-Tocopherol (als Tocopherolacetat)	10 mg	(Vitamin E)
Phytomenadion	0,03 mg	(Vitamin K)

**12 Mineralstoffe und Spurenelemente**

Kalzium (als Kalziumkarbonat, -hydrogenphosphat, -pantothenat und -glycerophosphat)	120 mg
Chrom (als Chromchlorid)	0,025 mg
Kupfer (als Kupfergluconat)	0,9 mg
Fluorid (als Natriumfluorid)	1,5 mg
Jod (als Kaliumjodid)	0,075 mg
Eisen (als Eisen-II-laktat)	8 mg
Magnesium (als Magnesiumhydrogenphosphat)	45 mg
Mangan (als Mangansulfat)	1,8 mg
Molybdän (als Natrium-Molybdat)	0,045 mg
Phosphor (als Kalzium- und Magnesiumhydrogenphosphat und Kalziumglycerophosphat)	126,3 mg
Selen (als Natriumselenat)	0,055 mg
Zink (als Zinkzitat)	8 mg

und als *Hilfsstoffe* wasserfreie Zitronensäure, Natriumhydrogenkarbonat, wasserfreies Natriumkarbonat, Mannitol, Sorbitol, Povidon, Crospovidon, Fettsäuresucroseester, Natriumchlorid, Aspartam, Acesulfam K, Betacaroten 1 % CWS, Orangenaroma, Zitronenaroma, Natriumzitat, Maltodextrin, DL-α-Tocopherol, Gelatine, Sucrose, Glycerol, Maisstärke, partiell hydriertes Sojabohnenöl, hydrolysierte Gelatine, Fischgelatine, Dextrin, Akazie.

Zusammensetzung Betacaroten 1 % CWS: Kristallines Betacaroten, DL-α-Tocopherol, kristallines Natriumascorbat, partiell hydriertes Sojabohnenöl, Akazie, Sucrose, Maltodextrin.

Arzneiform: Die Brausetabletten sind von heller orange-gelber Farbe und besitzen einen Geruch nach Orange.

Packungsgrößen: Sie erhalten die Brausetabletten in Packungen mit 1, 15 und 30 Stück.

Möglicherweise sind nicht alle Packungsgrößen im Handel verfügbar.

### **Wirkungsweise. Was ist SUPRADYN Aktiv Balance und wie wirkt es?**

**SUPRADYN Aktiv Balance wirkt bei Erwachsenen und Kindern über 12 Jahren, die einen erhöhten Bedarf an Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen haben.**

SUPRADYN Aktiv Balance enthält die wichtigsten Vitamine, essentiellen Mineralstoffe und Spurenelemente nach neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen dosiert. Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sind lebensnotwendige Substanzen, die dem Organismus mit der Nahrung zugeführt werden müssen, weil er sie nicht selbst herstellen kann. Sie sind unerlässliche Bestandteile für den Stoffwechsel und für die Regeneration des Körpers (zum Beispiel für Knochen, Blut, Herz). Diese Substanzen sind in der täglichen Nahrung nicht immer ausreichend enthalten.

SUPRADYN Aktiv Balance wird für die Verhütung und die Behandlung eines allgemeinen Mangels an Vitaminen und Mineralstoffen verwendet. SUPRADYN Aktiv Balance dient ferner der Deckung eines erhöhten Bedarfs an diesen Stoffen, insbesondere während der Schwangerschaft und Stillzeit, bei besonderen Anstrengungen sowie während Krankheiten, wenn Sie Raucher sind, oder in Situationen, in denen eine vermehrte Leistung gefordert ist.

SUPRADYN Aktiv Balance wird empfohlen, um das körperliche Leistungsvermögen zu unterstützen, die körpereigenen Abwehrmechanismen zu stärken, die Widerstandsfähigkeit der Knochen aufrechtzuerhalten und das Herz zu schützen; seine Verwendung wird ferner dann empfohlen, wenn die Gefahr eines Mangels an Vitaminen und Mineralstoffen droht - beispielsweise während der Rekonvaleszenz nach Krankheiten oder Operationen, wenn Sie Antibiotika einnehmen müssen oder wenn eine andere durch Medikamente verursachte Mangelernährung besteht, wenn Sie vermehrt Alkohol trinken sowie in Zeiten, in denen Sie sich mit einer speziellen oder einseitigen Kost ernähren (zum Beispiel während Abmagerungskuren oder bei besonderen Diätformen).

#### Zulassungsinhaber:

Bayer Austria, 1160 Wien

#### Hersteller:

Bayer Santé Familiale, 74240 Gaillard, Frankreich

### **Anwendungsgebiete. Wann wird SUPRADYN Aktiv Balance eingenommen?**

Sie sollten SUPRADYN Aktiv Balance einnehmen, wenn Sie über die Nahrung zu wenige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente zu sich nehmen, um das Immunsystem zu unterstützen. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn

- Ihre Ernährung einseitig oder ungenügend ist, z.B. bei speziellen Diätformen, Abmagerungskuren, älteren Personen
- Sie vermehrt Alkohol trinken
- Sie an Verdauungsstörungen leiden.

Die Einnahme von SUPRADYN Aktiv Balance ist ebenfalls zu empfehlen, wenn Ihr Bedarf erhöht ist, wie

- während der Schwangerschaft und Stillzeit
- bei starker körperlicher Belastung
- während oder nach Erkrankungen
- nach Operationen
- während oder nach Behandlung mit Chemotherapeutika oder Antibiotika
- bei Rauchern.

### **Gegenanzeigen. Wann dürfen Sie SUPRADYN Aktiv Balance nicht einnehmen?**

Sie dürfen SUPRADYN Aktiv Balance nicht einnehmen, wenn

- Sie gegen einen oder mehrere der Inhaltsstoffe allergisch reagieren
- bekannt ist, dass bei Ihnen eine Hypervitaminose A und/oder D (das sind krankhafte Zustände infolge eines Überangebotes an Vitamin D) besteht
- bei Ihnen eine Hyperkalzämie (erhöhter Blutkalziumspiegel) besteht
- Sie an Nieren- oder Blasensteinen oder an einer schweren Nierenerkrankung leiden
- Sie eine Behandlung mit Retinoiden (z.B. Neotigason<sup>®</sup>, Roaccutan<sup>®</sup>) durchführen müssen.

Kinder unter 12 Jahren sollten die Tabletten nicht erhalten, weil diese auf den täglichen Bedarf von Erwachsenen abgestimmt sind.

### **Darf SUPRADYN Aktiv Balance während der Schwangerschaft und in der Stillzeit eingenommen werden?**

In der angegebenen Dosierung dürfen Sie SUPRADYN Aktiv Balance während der Schwangerschaft und in der Stillperiode einnehmen.

Bei Schwangeren und gebärfähigen Frauen ohne gesicherten Empfängnischutz wegen der Gefahr von kindlichen Missbildungen sowie während der Stillperiode darf eine Tagesdosis von 5000 I.E. Retinol (Vitamin A) und 600 I.E. Colecalciferol (Vitamin D<sub>3</sub>) prinzipiell nicht überschritten werden.

### **Vorsichtsmaßnahmen und Warnhinweise. Worauf müssen Sie besonders achten?**

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie

- an einer Allergie oder an anderen Krankheiten leiden
- noch andere Medikamente einnehmen, auch solche, die Sie selbst gekauft haben.

Da das Arzneimittel eine Phenylalaninquelle (Aspartam) enthält, wird Patienten, die unter Phenylketonurie (bestimmte Stoffwechselkrankheit beruhend auf einem Enzymdefekt) leiden, die Anwendung nicht empfohlen.

SUPRADYN Aktiv Balance – Brausetabletten Orange enthalten 301 mg Natrium. Patienten, die eine salzarme Diät einhalten müssen, sollten daher eher SUPRADYN *forte* - Kapseln wählen.

Bei Fortbestand der Beschwerden oder wenn sich der erwartete Behandlungserfolg nicht einstellt, sollten Sie unbedingt einen Arzt aufsuchen.

SUPRADYN Aktiv Balance – Brausetabletten Orange enthalten keine Laktose.

Dieses Arzneimittel ist für Diabetiker geeignet.

Bewahren Sie dieses Arzneimittel immer außerhalb der Sicht- und Reichweite von Kindern auf.

### **Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln**

Vitamin C (Ascorbinsäure) kann den Harnzuckertest stören. Daher soll einige Tage vor einem solchen Test die Einnahme von Vitamin C abgebrochen werden.

Während einer Behandlung der Parkinson-Krankheit mit dem Wirkstoff Levodopa kann die Wirkung von Levodopa durch die Einnahme von mehr als 5 mg Vitamin B<sub>6</sub> (Pyridoxin) aufgehoben werden. Diese Wechselwirkung wird jedoch nicht beobachtet, wenn Levodopa gemeinsam mit einem so genannten Dekarboxylase-Hemmer, wie z.B. Benserazid oder Carbidopa, verabreicht wird. Üblicherweise enthalten Levodopa-haltige Arzneimittel auch einen solchen Dekarboxylase-Hemmer. Bitte fragen Sie Ihren Arzt, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

Die Vitamin-B<sub>1</sub>-Gegenspieler Thiosemicarbazon und 5-Fluoruracil heben die Wirkung von Vitamin B<sub>1</sub> auf.

Mittel gegen zu viel Magensäure (Antacida) hemmen die Vitamin-B<sub>1</sub>-Aufnahme ins Blut.

Neomycin (ein bestimmtes Antibiotikum), Aminosalicylsäure (Mittel gegen Tuberkulose) und H<sub>2</sub>-Blocker (Mittel, die die Magensäuresekretion hemmen) können im Magen-Darm-Trakt die Aufnahme von Vitamin B<sub>12</sub> ins Blut verringern.

Aspirin (Acetylsalicylsäure) verringert die Aufnahme von Ascorbinsäure um ungefähr ein Drittel.

Die Blutspiegel von Vitamin B<sub>12</sub>, Folsäure, Pyridoxin und Ascorbinsäure können durch orale Kontrazeptiva (Anti-Baby-Pille) verringert werden.

**Dosierung. Wie und wie oft können Sie SUPRADYN Aktiv Balance einnehmen?**

Lösen Sie die Brausetablette in einem Glas Wasser vollständig auf.

Eine Brausetablette pro Tag ist ausreichend. Sie können SUPRADYN Aktiv Balance in der empfohlenen Tagesdosis zur Verhütung eines Vitamin- und Mineralstoffmangels über einen längeren Zeitraum einnehmen.

**Welche unerwünschten Wirkungen kann SUPRADYN Aktiv Balance haben?**

Wenn Sie die empfohlene Dosierung einhalten, sind keine Nebenwirkungen zu erwarten, selbst wenn Sie SUPRADYN Aktiv Balance während längerer Zeit einnehmen. Gelegentlich kann es zu einer geringfügigen Gelbfärbung des Harns kommen, die jedoch harmlos ist und auf den Gehalt an Vitamin B<sub>2</sub> (Riboflavin) zurückzuführen ist.

**Wie sollen Sie SUPRADYN Aktiv Balance aufbewahren?**

Bewahren Sie die Brausetabletten nicht über 25 °C auf und schützen Sie die Packung vor Feuchtigkeit.

Verwenden Sie die Brausetabletten nur bis zum angegebenen Ablaufdatum. Sie finden es auf der Verpackung.

**Stand der Gebrauchsinformation:** April 2007

**Wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie weitere Fragen zu SUPRADYN Aktiv Balance haben.**