

# Calcium Verla® D 400

Brausetabletten mit 600 mg Calcium + 400 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>

Wirkstoffe: Calciumcarbonat, Colecalciferol (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 oder Apothekers 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 oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

## Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Calcium Verla® D 400 und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Calcium Verla® D 400 beachten?
3. Wie ist Calcium Verla® D 400 einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Calcium Verla® D 400 aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

## 1. Was ist Calcium Verla® D 400 und wofür wird es angewendet?

Calcium Verla® D 400 ist ein Mineralstoff-Präparat.

Calcium Verla® D 400 wird angewendet bei nachgewiesenem Calcium- und Vitamin D<sub>3</sub>-Mangel sowie zur unterstützenden Behandlung von Osteoporose.

## 2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Calcium Verla® D 400 beachten?

**Calcium Verla® D 400 darf nicht eingenommen werden,**

- wenn Sie allergisch gegen Calciumcarbonat, Colecalciferol (Vitamin D<sub>3</sub>) oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind
- wenn bei Ihnen eine erhöhte Calciumkonzentration im Blut vorliegt (Hypercalcämie)
- wenn Sie vermehrt Calcium im Harn ausscheiden (Hypercalciurie)

- wenn Sie an Nierenkalksteinen leiden
- wenn Sie an Gewebsverkalkung (Nephrocalcinose) leiden
- wenn Ihre Nierenfunktion eingeschränkt ist (Niereninsuffizienz)
- wenn Sie an einer Überfunktion der Nebenschilddrüse leiden, der meist ein Nebenschilddrüsenadenom mit erhöhter Parathormonausschüttung zu Grunde liegt (primärer Hyperparathyreoidismus)
- wenn eine Vitamin-D-Überdosierung vorliegt
- wenn Sie an einem multiplen Knochenmarkstumor (Myelom) leiden
- wenn Sie an Tochtergeschwülsten im Knochen (Knochenmetastasen) leiden
- bei Ruhigstellung von Gliedmaßen (Immobilisationsosteoporose)
- wenn Sie an bestimmten Lungenerkrankungen (Sarkoidose, Morbus Boeck) leiden.

## Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Calcium Verla® D 400 einnehmen.

Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Calcium Verla® D 400 ist erforderlich,

- wenn Sie Calcium Verla® D 400 über längere Zeit einnehmen; dann sind Serum- und Urincalciumspiegel sowie die Nierenfunktion regelmäßig zu kontrollieren. Gegebenenfalls kann Ihr Arzt, abhängig von den gemessenen Werten, die Dosierung reduzieren oder die Behandlung unterbrechen. Da Calcium Verla® D 400 bereits Vitamin D<sub>3</sub> enthält, darf eine zusätzliche Einnahme weiterer Calcium- und Vitamin-D-haltiger Präparate nur unter ärztlicher Kontrolle, einschließlich wöchentlicher Überprüfung des Serum- und Urincalciumspiegels erfolgen.
- falls Sie gleichzeitig Digitalis, Thiazid-Diuretika, Tetracycline, Vitamin D, Natriumfluorid oder Bisphosphonate einnehmen
- wenn Sie unter einer gestörten Nierenfunktion leiden; dann sollte der Serum- und Urincalciumspiegel kontrolliert werden.

Bitte beachten Sie, dass die Einnahme von Calcium Verla® D 400 zusammen mit hohen Dosen Calcium und Carbonat aus anderen Quellen (Nahrungsmittel, angereicherte Lebensmittel oder andere Arzneimittel) zu einem Milch-Alkali-Syndrom (Burnett-Syndrom) mit erhöhten Calciumwerten im Blut, metabolischer Alkalose, Nierenversagen und Weichteilverkalkung führen kann. Bei Einnahme hoher Dosen

Calciumcarbonat aus oben genannten Quellen sollte der Calciumspiegel in Serum und Urin kontrolliert werden.

#### **Einnahme von Calcium Verla® D 400 zusammen mit anderen Arzneimitteln**

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

Bei gleichzeitiger Anwendung von Calcium Verla® D 400 und nachfolgend genannten Arzneistoffen bzw. Präparategruppen können sich diese gegenseitig beeinflussen:

- Digitalisglykoside können bei gleichzeitiger Einnahme von Calcium Verla® D 400 zu Herzrhythmusstörungen führen. Eine strenge ärztliche Kontrolle einschließlich EKG-Untersuchung und Kontrolle der Calciumkonzentration im Blut ist deshalb erforderlich.
- Harntreibende Mittel der Stoffgruppe der Thiazide vermindern die Calciumausscheidung. Deshalb sollte die Calciumkonzentration im Blut regelmäßig kontrolliert werden.
- Calcium vermindert die Aufnahme von Natriumfluorid, Bisphosphonaten und Tetracyclinen. Deshalb sollte Calcium Verla® D 400 zwei Stunden nach einer Bisphosphonat- bzw. Natriumfluorid-Einnahme und mindestens drei Stunden nach einer Tetracyclin-Einnahme angewandt werden.
- Colestyramin kann die Aufnahme von Vitamin D<sub>3</sub> beeinträchtigen. Deshalb sollte zwischen der Gabe von Colestyramin und Calcium Verla® D 400 mindestens zwei Stunden Abstand gehalten werden.
- Phenytoin, Rifampicin, Barbiturate und Glucocorticoide können bei gleichzeitiger Gabe mit Calcium Verla® D 400 die Wirkung von Vitamin D<sub>3</sub> verringern.
- Bei gleichzeitiger Einnahme von Levothyroxin und Calcium Verla® D 400 kann die Resorption von Levothyroxin vermindert sein. Aus diesem Grund sollten zwischen der Einnahme von Levothyroxin und Calcium Verla® D 400 ein Abstand von mindestens 4 Stunden liegen.
- Bei gleichzeitiger Behandlung mit Chinolon-Antibiotika sollten diese wegen der Gefahr einer verminderten Resorption mindestens 4 Stunden vor oder nach der Einnahme von Calcium Verla® D 400 verabreicht werden.
- Calciumsalze können die Aufnahme von Eisen, Zink und Strontiumranelat herabsetzen. Daher sollten Präparate, die Eisen, Zink oder Strontiumranelat enthalten, mindestens 2 Stunden vor oder nach Calcium Verla® D 400 eingenommen werden.
- Die Resorption von Aluminium- und Wismutsalzen und damit auch deren Toxizität wird durch die in Calcium Verla® D 400 enthaltene Citronensäure gesteigert.
- Die gleichzeitige Behandlung mit Orlistat oder Laxanzien wie Paraffinöl kann die gastrointestinale Resorption von Vitamin D reduzieren.

#### **Einnahme von Calcium Verla® D 400 zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken**

Nahrungsmittel die einen hohen Anteil an Phosphat, Phytin- oder Oxalsäure haben, können die Calciumresorption hemmen.

#### **Schwangerschaft und Stillzeit**

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.

Calcium Verla® D 400 sollte wegen der hohen Dosierung an Vitamin D<sub>3</sub> während der Schwangerschaft und Stillzeit nicht angewendet werden.

Während der Schwangerschaft müssen Überdosierungen von Vitamin D vermieden werden, da ein lang anhaltender erhöhter Calciumgehalt im Blut zu körperlicher Fehlbildung und geistiger Behinderung des Kindes führen kann.

Vitamin D und seine Metaboliten gehen in die Muttermilch über.

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

Es liegen keine Daten über die Auswirkungen auf die Verkehrstüchtigkeit vor, eine Beeinflussung ist jedoch unwahrscheinlich.

#### **Wichtige Informationen über bestimmte sonstige Bestandteile von Calcium Verla® D 400**

Dieses Arzneimittel enthält 0,605 mg Sorbitol (im Aroma) und Sucrose. Bitte nehmen Sie Calcium Verla® D 400 erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Zuckerunverträglichkeit leiden.

Sucrose kann schädlich für die Zähne sein.

Dieses Arzneimittel enthält 52 mg Natrium (Hauptbestandteil von Kochsalz/Speisesalz) pro Brausetablette. Dies entspricht 2,6% der für einen Erwachsenen empfohlenen maximalen täglichen Natriumaufnahme mit der Nahrung. Wenn Sie eine kochsalzarme Diät einhalten müssen, sollten Sie dies berücksichtigen.

### **3. Wie ist Calcium Verla® D 400 einzunehmen?**

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

#### **Dosierung:**

Die empfohlene Dosis beträgt bei Erwachsenen 2-mal täglich 1 Brausetablette (entsprechend 1200 mg Calcium und 800 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>).

#### **Art der Anwendung:**

Lösen Sie die Brausetablette in einem Glas Wasser auf und trinken Sie den Inhalt sofort. Sie sollten Calcium Verla® D 400 morgens und abends einnehmen.

#### **Dauer der Anwendung:**

Die Dauer der Anwendung wird vom Arzt bestimmt.

#### **Wenn Sie eine größere Menge Calcium Verla® D 400 eingenommen haben, als Sie sollten**

können Übelkeit, Erbrechen, krankhaftes Durstgefühl oder Verstopfung als Zeichen einer Überdosierung auftreten. Bei Verdacht auf eine Überdosierung verständigen Sie bitte sofort Ihren Arzt. Dieser kann gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen einleiten.

#### **Wenn Sie die Einnahme von Calcium Verla® D 400 vergessen haben**

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

### **4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?**

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

#### **Mögliche Nebenwirkungen:**

Selten (bei bis zu 1 von 1000 Behandelten): Verstopfung, Blähungen, Übelkeit, Magenschmerzen, Durchfall, erhöhte Calciumausscheidung im Urin, erhöhte Calciumkonzentration im Blut.

Nicht bekannt (Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar): Überempfindlichkeitsreaktionen wie Schwellungen im Gesicht, der Zunge, der Lippen (Angioödem) oder Schwellungen im Rachen (Kehlkopfödem).

Wenn Sie eine eingeschränkte Nierenfunktion haben, können Sie ein Risiko für erhöhte Phosphatmengen im Blut, die Bildung von Nierensteinen und erhöhte Calciummengen in den Nieren haben.

#### **Meldung von Nebenwirkungen**

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](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 Calcium Verla® D 400 aufzubewahren?**

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf der Faltschachtel und dem Röhrchenboden angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

Nicht über 30° C lagern. Das Röhrchen fest verschlossen halten, um den Inhalt vor Licht und Feuchtigkeit zu schützen.

### **6. Inhalt der Packung und weitere Informationen**

#### **Was Calcium Verla® D 400 enthält**

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

1 Brausetablette enthält 1500 mg Calciumcarbonat entsprechend 600 mg Calcium und 10 µg Colecalciferol entsprechend 400 I.E. Vitamin D<sub>3</sub>.

#### **Die sonstigen Bestandteile sind:**

*All-rac-alpha-Tocopherol (Ph.Eur.), Sucrose, Natriumascorbat, mittelkettige Triglyceride, hochdisperses Siliciumdioxid, modifizierte Stärke (Mais), Natriumhydrogencarbonat, Natriumcarbonat, Citronensäure, Äpfelsäure, Natriumcyclamat, Maltodextrin, Saccharin-Natrium, Zitronenaroma (enthält Sorbitol).*

Calcium Verla® D 400 enthält kein Gluten und keine Lactose.

#### **Wie Calcium Verla® D 400 aussieht und Inhalt der Packung**

Runde, weiße Brausetabletten. Calcium Verla® D 400 ist in Packungen mit 20 und 120 Brausetabletten erhältlich.

Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in Verkehr gebracht.

#### **Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller**

Verla-Pharm Arzneimittel GmbH & Co.KG, Postfach 1261, 82324 Tutzing, [www.verla.de](http://www.verla.de)

**Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im April 2018.**

## Liebe Patientin, lieber Patient!

In diesen ergänzenden Informationen haben wir das Wichtigste über die Wirkung und Bedeutung von Calcium und Vitamin D für unseren Organismus zusammengefasst.

### Calcium und Vitamin D - die Partner für starke Knochen

Sowohl Calcium als auch Vitamin D sind für unseren Knochenaufbau unerlässlich: Calcium ist der wichtigste Baustein unserer Knochensubstanz und Vitamin D sorgt dafür, dass Calcium vom Körper aufgenommen und in den Knochen eingelagert wird. Hauptlieferant für Calcium ist die Nahrung, während Vitamin D nur in geringen Mengen in Nahrungsmitteln enthalten ist. Hingegen kann Vitamin D bei ausreichender Sonneneinstrahlung vom Körper selbst gebildet werden. Diese Fähigkeit nimmt im Alter ab. Hinzu kommt, dass für die Vitamin-D-Eigensynthese ein spezielles Lichtspektrum erforderlich ist, welches im Winterhalbjahr fehlt. So kann es während der Wintermonate besonders bei älteren Personen häufig zu einer Unterversorgung mit Vitamin D kommen.

### Vitamin-D-Mangel führt zu Knochenabbau

Bei einem Vitamin-D-Mangel reicht auch eine normale Calcium-Zufuhr nicht aus, um den täglichen Bedarf an Calcium zu decken. In diesem Fall erreicht ein großer Teil der zugeführten Calcium-Menge nicht das Körpergewebe, sondern wird mit dem Stuhl wieder ausgeschieden. Aus diesem Grund tritt ein Vitamin-D-Mangel häufig kombiniert mit einem Calcium-Mangel auf. Übermäßiger Knochenabbau und Osteoporose mit den typischen Symptomen wie Knochen- und Muskelschmerzen sowie Neigung zu Knochenbrüchen können die Folge sein.

### Osteoporose - wer ist betroffen?

Betroffen sind vor allem Frauen während und nach der Menopause, ältere Menschen, besonders Heimbewohner sowie bettlägerige Patienten. Bei diesen Personen kommt neben der eingeschränkten Bewegung in der freien Natur hinzu, dass Vitamin D aus der Nahrung schlechter verwertet wird und die Fähigkeit zur Eigensynthese abnimmt.

Deshalb ist es hier besonders wichtig, auf eine ausreichende Zufuhr von Calcium und Vitamin D zu achten. Zur Behandlung eines Calcium- und Vitamin-D-Mangels sowie zur unterstützenden Behandlung von Osteoporose bietet sich Calcium Verla® D 400 an.

Wenn Sie Fragen haben, sind wir für Sie unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 1044443 erreichbar.

[Verla-Pharm wünscht Ihnen alles Gute!](#)

Mineralstoff-  
 kompetenz



Calcium Verla® D 400



4