

# Gebrauchsinformation

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage/Gebrauchsinformation sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.

Dieses Arzneimittel ist auch ohne ärztliche Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss **Mowivit mega** 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 Ihr Krankheitsbild verschlimmert oder keine Besserung eintritt, müssen Sie einen Arzt aufsuchen.

1. Was ist **Mowivit mega** und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme/Anwendung von **Mowivit mega** beachten?
3. Wie ist **Mowivit mega** einzunehmen/anzuwenden?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist **Mowivit mega** aufzubewahren?

## Mowivit<sup>®</sup> mega

Wirkstoff: RRR-alpha-Tocopherol

## Vitamin E 1000

Weichkapseln

Der arzneilich wirksame Bestandteil ist RRR-alpha-Tocopherol.

1 Weichkapsel enthält 746,94 - 808,54 mg Pflanzenöledestillat, entsprechend arzneilich wirksamer Bestandteil 671,37 mg RRR-alpha-Tocopherol (entsprechend 671,37 mg RRR-alpha-Tocopherol-Äquivalent).

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

Die sonstigen Bestandteile sind:

Pflanzenöl, Sojaöl, Gelatine, Glycerol, Sorbitol, gereinigtes Wasser. Eine Weichkapsel enthält 63,6 mg Sorbitol.

Hinweis für Diabetiker:

1 Weichkapsel enthält 0,0053 Proteineinheiten (BE).

**Mowivit mega** ist in Packungen mit 20, 50 und 100 Weichkapseln erhältlich.

### 1. Was ist **Mowivit mega** und wofür wird es angewendet?

1.1 **Mowivit mega** ist ein Vitaminpräparat.

1.2 Von: **Rodisma-Med Pharma GmbH**

Kölner Straße 48 · 51149 Köln

Telefon: 0 22 03 / 91 20-0

Fax: 0 22 03 / 91 20-300

1.3 **Mowivit mega** wird angewendet zur Behandlung eines Vitamin-E-Mangels.

**Mowivit mega** 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/Anwendung von **Mowivit mega** beachten?

2.1 **Mowivit mega** darf nicht eingenommen/angewendet werden

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegenüber Vitamin E, Soja, Erdnuss oder einem der sonstigen Bestandteile von **Mowivit mega** sind.

2.2 Besondere Vorsicht bei der Einnahme/Anwendung von **Mowivit mega** ist erforderlich

- wenn Sie gleichzeitig bestimmte Arzneimittel zur Hemmung der Blutgerinnung einnehmen (siehe Abschnitt „Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln“). Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt.

- wenn bei Ihnen gleichzeitig ein Vitamin-K-Mangel besteht. Bei durch Malabsorption bedingtem, kombinierten 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.

#### **Schwangerschaft**

Fragen Sie vor der Einnahme/Anwendung von allen Arzneimitteln Ihren Arzt oder Apotheker um Rat. In der Schwangerschaft sollten Sie täglich 13 mg Vitamin E zu sich nehmen.

**Mowivit mega** passiert die Plazenta. Bislang wurden

beim ungeborenen Kind – auch bei höheren Einnahmemengen – keine Schädigungen beobachtet.

#### **Stillzeit**

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

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

#### **Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen**

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

#### **Wichtige Warnhinweise über bestimmte Bestandteile von **Mowivit mega****

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

### 2.3 Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln

Die Wirkung von **Mowivit mega** wird wie folgt beeinflusst:

- Die Wirkung von **Mowivit mega** 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/anwenden bzw. vor kurzem eingenommen/angewendet haben, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

### 3. Wie ist **Mowivit mega** einzunehmen/anzuwenden?

Nehmen Sie **Mowivit mega** 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.

#### 3.1 Art der Anwendung

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

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

##### Behandlung:

Erwachsene nehmen täglich 1 Weichkapsel **Mowivit mega** (entsprechend 671,37 mg RRR-alpha-Tocopherol).

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

3.3 Wenn Sie eine größere Menge **Mowivit mega** eingenommen haben, als Sie sollten, sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

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

3.4 Wenn Sie die Einnahme von **Mowivit mega** vergessen haben:

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

#### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann **Mowivit mega** Nebenwirkungen haben.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

<b>Sehr häufig:</b> mehr als 1 von 10 Behandelten	<b>Häufig:</b> mehr als 1 von 100 Behandelten
<b>Gelegentlich:</b> mehr als 1 von 1.000 Behandelten	<b>Selten:</b> mehr als 1 von 10.000 Behandelten
<b>Sehr selten:</b> 1 oder weniger von 10.000 Behandelten einschließlich Einzelfälle	

#### 4.1 Nebenwirkungen

Bei längerer Einnahme von Dosen über 400 mg RRR-alpha-Tocopherol pro Tag (entsprechend 1 Weichkapsel **Mowivit mega**) 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 2 Weichkapseln **Mowivit mega**) Magen-Darmbeschwerden auf.

**Mowivit mega** kann sehr selten allergische Reaktionen hervorrufen.

#### 4.2 Gegenmaßnahmen

Bei Auftreten von Nebenwirkungen sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

4.3 Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind.

#### 5. Wie ist **Mowivit mega** aufzubewahren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Behältnis angegebenen Verfallsdatum nicht mehr verwenden.

In der Originalverpackung aufbewahren, um den Inhalt vor Licht zu schützen.

Stand der Information: November 2006

## Vitamin E in der Natur

*Vitamin E wird in einem besonders schonenden Verfahren aus natürlichen Pflanzenölen wie dem Sojabohnenöl gewonnen. In der Pflanzenwelt hat es die Aufgabe, die durch Licht und Sauerstoff verursachte Oxidation, das „Ranzigwerden“ von Fetten und Ölen in Keimlingen und Pflanzenzellen zu verhindern. Im menschlichen Körper erfüllt es ganz ähnliche, wichtige Schutzfunktionen.*

### Freie Radikale – oxidativer Stress – Vitamin E

Freie Radikale! Von ihnen ist ständig die Rede. Nicht ohne Grund:

Unser Leben wäre ohne Sauerstoff nicht möglich. Gleichzeitig entsteht aber gerade durch die Sauerstoffaufnahme und die hiermit verbundenen Stoffwechsellvorgänge ein unerwünschtes Nebenprodukt, das unseren Organismus belastet und unsere Zellen schädigen kann: das Sauerstoffradikal.

Eisen rostet, wenn es ungeschützt dem Einfluss von Sauerstoff ausgesetzt ist – es oxidiert. Lebensmittel wie Butter und Salatöl werden ranzig, sie oxidieren ebenfalls. Eine Haltbarkeit wird durch die Zugabe von Vitamin E erzielt.

Körpereigene Stoffe, wie Fette und Kohlenhydrate, reagieren auch mit reaktiven Sauerstoffmolekülen (Freie Radikale). Dadurch können Zellen in ihrer Funktion beeinträchtigt oder sogar oxidativ geschädigt werden. Hinzu kommt eine oxidative Belastung durch Umweltfaktoren wie Abgase, Smog, UV-Strahlung und Schadstoffbelastung der Nahrung. Freie Radikale sind anscheinend auch für unser Altern mitverantwortlich.

Ist das natürliche Gleichgewicht zwischen antioxidativen Abwehrmechanismen und radikalischem Angriff gestört, kann es zu einem radikalischen Überschuss, dem sog. „oxidativen Stress“ und damit zur Schädigung von Zellmembranen kommen. Das menschliche Schutzsystem ist dann überfordert.

Vitamin E ist aufgrund seiner Fettlöslichkeit die wichtigste natürliche Substanz, die Zellmembranen wirkungsvoll vor oxidativem Stress schützen kann. **RRR-alpha-Tocopherol** (auch D-alpha-Tocopherol genannt) ist die chem. Bezeichnung für reines Vitamin E aus natürlichen Pflanzenölen. Vitamin E natürlicher Herkunft lagert sich in Zellmembranen ein, fängt Sauerstoffradikale ab und wird dabei selbst oxidiert. Es muss somit ständig ersetzt werden. Da unser Körper Vitamin E nicht selbst bilden kann, ist stets auf eine ausreichende Zufuhr von außen zu achten.

### Vitamin E und Therapie

Sauerstoffradikale spielen eine entscheidende Rolle in der Entstehung verschiedener Erkrankungen, so z. B. auch bei entzündlichen Gelenkerkrankungen. Als Folge einer Vielzahl von fehlgeleiteten Reaktionen werden beispielsweise in entzündeten Gelenken vermehrt Sauerstoffradikale freigesetzt. Diese können auch gesunde Zellen in der Nähe der Entzündungen angreifen und schädigen. Infolgedessen dehnt sich der Entzündungsherd weiter aus. Das in den Membranen jeder Zelle vorkommende **RRR-alpha-Tocopherol** vermag diesen Prozess aufzuhalten.

Sauerstoffradikale sind offensichtlich auch bei der Entstehung der allgemeinen Arteriosklerose (im Volksmund „Arterienverkalkung“ genannt) beteiligt. Bei erhöhtem oxidativem Stress werden die im Blut befindlichen Fette geschädigt. Dadurch bildet sich eine Art Fettmüll, der sich an der Innenwand der Arterien ablagert und die Entstehung der allgemeinen Arteriosklerose einleitet.

### Vitamin E aus natürlichen Pflanzenölen

weist eine besonders hohe biologische Wirksamkeit auf. Zur Erzielung bester Heilergebnisse ist dies ein entscheidender Faktor, denn **Vitamin E aus natürlichen Pflanzenölen (RRR-alpha-Tocopherol)** lagert sich in die von der Natur vorgegebene Form der Zellwände bevorzugt ein. Hierin liegt der enorme Vorteil gegenüber synthetischem Vitamin E.