

**Calcium -  
der Haupt-  
bestandteil  
des Knochens**

**Calciummangel -  
welche  
Personengruppen  
sind betroffen?**

**Osteoporose -  
eine tückische  
Krankheit**

**Liebe Patientin, lieber Patient!**

In diesen ergänzenden Informationen möchten wir die Bedeutung und Wichtigkeit von Calcium für unseren Organismus näher erläutern.

Calcium ist lebenswichtig und wird deshalb auch als "Lebensmineral" bezeichnet. In Form fester Salze baut Calcium unser Knochenskelett auf, hält es zusammen und sorgt dafür, dass es nicht vorzeitig abgebaut wird. Zusammen mit Phosphat sorgt Calcium im Knochen sowie im Dentin und Zahnschmelz für die nötige Festigkeit und Stabilität. Gelöstes Calcium im Blut und Gewebe ist Voraussetzung für eine Vielzahl lebenserhaltender Funktionen bei der Übertragung von Nervenimpulsen, bei der Immunabwehr und der Blutgerinnung.

Da der menschliche Körper Calcium nicht selber produzieren kann, ist er auf eine regelmäßige Zufuhr über die Nahrung oder als Arzneimittel angewiesen. Während Wachstumsphasen, Schwangerschaft, Stillzeit und besonders im Alter sollte auf eine ausreichende Versorgung mit Calcium geachtet werden. Bei Frauen in der Postmenopause, bei Personen mit Cortison-Behandlung sowie bei Personen mit Milchunverträglichkeit ist der Calciumbedarf besonders hoch.

Einem Absinken der Calciumkonzentration im Blut wirkt ein fein abgestimmter Regelkreis entgegen. Dabei wird u.a. dem Knochen Calcium entzogen. Daher kann auch bei normaler Calciumkonzentration im Blut eine negative Calciumbilanz im Knochen vorliegen. Bei dauerhafter Calciumunterversorgung bleibt ein Verlust an Knochenmasse lange Zeit unentdeckt, da Beschwerden wie Muskel-, Gelenk- und Knochenschmerzen sowie Knochenbrüche erst in späten Phasen der Erkrankung auftreten. Deshalb ist es wichtig, rechtzeitig auf eine ausreichende Calciumversorgung, z. B. mit Calcium Verla®-Präparaten, zu achten.

Weitere Informationen zu Calcium finden Sie in unserer Patientenbroschüre "Calcium - das Lebensmineral", die Sie bei uns bestellen können unter [MedWiss@verla.de](mailto:MedWiss@verla.de) oder Fax: (08158) 257-254.

Verla-Pharm wünscht Ihnen gesunde Knochen und eine gute Gesundheit!

Calcium Verla® 600 mg



4

**Gebrauchsinformation: Information für den Anwender**

# Calcium Verla® 600 mg

Filmtabletten

Wirkstoff: Calciumcarbonat

**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 Calcium Verla® 600 mg jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.**

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn sich Ihre Symptome verschlimmern, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.  
Diese Packungsbeilage beinhaltet:
  1. Was ist Calcium Verla® 600 mg und wofür wird es angewendet?
  2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Calcium Verla® 600 mg beachten?
  3. Wie ist Calcium Verla® 600 mg einzunehmen?
  4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
  5. Wie ist Calcium Verla® 600 mg aufzubewahren?
  6. Weitere Informationen

**1. Was ist Calcium Verla® 600 mg und wofür wird es angewendet?**

Calcium Verla® 600 mg ist ein Mineralstoffpräparat.  
Calcium Verla® 600 mg wird angewendet zur

Vorbeugung eines Calciummangels bei erhöhtem Bedarf (z. B. Wachstumsalter, Schwangerschaft, Stillzeit).  
Zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose.

**2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Calcium Verla® 600 mg beachten?**

Calcium Verla® 600 mg darf nicht eingenommen werden,

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Calciumcarbonat oder einen der sonstigen Bestandteile von Calcium Verla® 600 mg sind.
- bei zu hohen Calciumkonzentrationen im Blut, z. B. bei:
  - Überfunktion der Nebenschilddrüse
  - Vitamin D-Überdosierung
  - bestimmten Tumoren wie Lungenkrebs, Brustkrebs, Nierenkrebs, bestimmten Formen von Blutkrebs (Plasmazytom) und bei Knochenmetastasen
  - bestimmten Lungenerkrankungen (Sarkoidose, Morbus Boeck)
  - Ruhigstellung von Gliedmaßen (Immobilisationsosteoporose).

Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Calcium Verla® 600 mg ist erforderlich bei:

- eingeschränkter Nierenfunktion
  - Nierenstein und Nierenverkalkung
  - vermehrter Calciumausscheidung im Urin
  - erniedrigter Phosphatkonzentration im Blut.
- Fragen Sie Ihren Arzt um Rat, wenn in Ihrer Familie calciumhaltige Nierensteine vorgekommen sind.  
Durch die Einnahme von Calcium Verla® 600 mg erhöht sich die Ausscheidung von Calcium im Urin. In den ersten Monaten nach

[www.verla.de](http://www.verla.de)



1

Einnahmebeginn wird dadurch auch die Neigung zur Ausfällung von Calciumsalzen und unter Umständen zur Bildung von Steinen in Niere und Harnblase gesteigert. Dies kann durch eine reichliche Zufuhr von Flüssigkeit vermieden werden.

Bei Einnahme von Calcium Verla® 600 mg 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.

Folgende Arzneimittel beeinflussen die Wirkung von Calcium Verla® 600 mg:

- Vitamin D steigert die Wirkung von Calcium Verla® 600 mg (Resorptionssteigerung).
- Bestimmte harntreibende Mittel (Diuretika vom Thiazid-Typ) vermindern die Calciumausscheidung. Bei gleichzeitiger Einnahme von Calcium Verla® 600 mg und solchen Arzneimitteln sollte deshalb der Calcium-Blutspiegel überwacht werden.

Calcium Verla® 600 mg beeinflusst die Wirkung anderer Arzneimittel wie folgt:

Wenn durch die Einnahme von Calcium Verla® 600 mg der Calcium-Blutspiegel steigt, wird die Empfindlichkeit gegenüber bestimmten Arzneimitteln, die die Herzkraft steigern (herzwirksame Glykoside) erhöht und das Risiko von Herzrhythmusstörungen gesteigert.

Die Resorption und damit auch die Wirksamkeit von verschiedenen Antibiotika wie z. B. Tetracyclinen, Chinolonen, einigen Cephalosporinen sowie vielen anderen Arzneimitteln (z. B. dem Pilzmittel Ketoconazol, Eisen-, Natriumfluorid-, Estramustin-, Bisphosphonatpräparaten) wird durch die gleichzeitige Einnahme von Calcium Verla® 600 mg vermindert. Zwischen der Einnahme von Calcium Verla® 600 mg und der Einnahme anderer Präparate sollte daher in der Regel ein Abstand von mindestens 2 Stunden eingehalten werden.

Die Wirksamkeit des Herzmittels Chinidin wird durch Calcium Verla® 600 mg in unvorhersehbarer Weise beeinflusst.

Wenn Sie Corticosteroide einnehmen, kann das die Aufnahme von Calcium verringern und es kann notwendig werden, die Dosis von Calcium Verla® 600 mg zu erhöhen.

Bei gleichzeitiger Einnahme von Levothyroxin und Calcium Verla® 600 mg kann die Resorption von Levothyroxin vermindert sein. Aus diesem Grund sollte zwischen der Einnahme von Levothyroxin und Calcium Verla® 600 mg ein Abstand von mindestens 4 Stunden liegen.

Bei Einnahme von Calcium Verla® 600 mg zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken: Bitte beachten Sie, dass Milchprodukte einen hohen Calciumgehalt haben. Ein Liter Milch kann bis zu 1200 mg Calcium enthalten.

Wechselwirkungen können auch mit Nahrungsmitteln auftreten, die Oxalsäure, Phytinsäure oder Phosphate enthalten wie z. B. Spinat, Rhabarber, Getreideprodukte.

Schwangerschaft und Stillzeit:

Calcium Verla® 600 mg kann während der Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

### 3. Wie ist Calcium Verla® 600 mg einzunehmen?

Nehmen Sie Calcium Verla® 600 mg immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

Dosierung

Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis:  
1–2 mal täglich 1 Filmtablette (entsprechend 600–1200 mg Calcium).

Art der Anwendung

Nehmen Sie die Filmtablettchen bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise

ein Glas Wasser). Sie können Calcium Verla® 600 mg zum Essen oder auch zwischen den Mahlzeiten einnehmen.

Dauer der Anwendung

Die Einnahme von Calcium Verla® 600 mg sollte langfristig erfolgen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wie lange Sie Calcium Verla® 600 mg einnehmen sollen.

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Calcium Verla® 600 mg zu stark oder zu schwach ist.

Wenn Sie eine größere Menge Calcium Verla® 600 mg eingenommen haben, als Sie sollten: so ist das in der Regel folgenlos. Wenn Beschwerden auftreten, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

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

### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Calcium Verla® 600 mg Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei Jedem auftreten müssen. Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

Sehr häufig:  
mehr als 1 Behandler 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 Behandler von 10.000

Nicht bekannt:  
Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar

Nach der Einnahme von Calcium Verla® 600 mg können selten Verstopfung, Blähungen, Übelkeit, Bauchschmerzen und Durchfall auftreten.

Calciumsalze vermindern die Aufnahme von

Phosphat durch Bildung von schwer löslichen Salzen.

Bei Niereninsuffizienz und langfristiger Einnahme kann es zu einer Erhöhung der Calciumkonzentration im Blut, zu einer vermehrten Calciumausscheidung im Urin und zur Untersäuerung des Blutes kommen.

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

### 5. Wie ist Calcium Verla® 600 mg aufzubewahren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf der Faltschachtel und der Durchdrückpackung angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden.

### 6. Weitere Informationen

Was Calcium Verla® 600 mg enthält:

Der Wirkstoff ist: Calciumcarbonat  
1 Filmtablette enthält 1500 mg Calciumcarbonat, entsprechend 600 mg Calcium.

Die sonstigen Bestandteile sind:

Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A) (Ph. Eur.), Povidon (K 25), mikrokristalline Cellulose, Natriumdodecylsulfat, Magnesiumstearat (Ph. Eur.), Stearinsäure (Ph. Eur.), Hypromellose, dünnflüssiges Paraffin, Titandioxid. Calcium Verla® 600 mg enthält kein Gluten und keine Lactose.

Wie Calcium Verla® 600 mg aussieht und

Inhalt der Packung:

Weißer, ovale Filmtabletten mit „Verla“-Prägung und rückseitiger Schmuckkerbe.

Calcium Verla® 600 mg ist in Packungen mit 20 (N1), 40 (N2) und 100 (N3) Filmtabletten erhältlich.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller  
Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing, www.verla.de

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet: 04/2008

Calcium Verla® 600 mg



7330804  
0408



www.verla.de

