

Betegájékoztató: Információk a felhasználó számára

Bio-Melatonin 3 mg filmtabletta melatonin

Mielőtt elkezdheti szedni ezt a gyógyszert, olvassa el figyelmesen az alábbi betegájékoztatót, mert az Ön számára fontos információkat tartalmaz.

Ezt a gyógyszert mindig pontosan a betegájékoztatóban leírtaknak, vagy az Ön kezelőorvosa vagy gyógyszerésze által elmondottaknak megfelelően szedje.

- Tartsa meg a betegájékoztatót, mert a benne szereplő információkra a későbbiekben is szüksége lehet.
- További információkért vagy tanácsért forduljon gyógyszerészéhez.
- Ha Önnél bármilyen mellékhatás jelentkezik, tájékoztassa kezelőorvosát vagy gyógyszerészét. Ez a betegájékoztatóban fel nem sorolt bármely lehetséges mellékhatásra is vonatkozik. Feltétlenül tájékoztassa kezelőorvosát, ha tünetei 7 napon belül nem enyhülnek, vagy éppen súlyosbodnak.

A betegájékoztató tartalma:

1. Milyen típusú gyógyszer a Bio-Melatonin és milyen betegségek esetén alkalmazható?
2. Tudnivalók a Bio-Melatonin alkalmazása előtt
3. Hogyan kell alkalmazni a Bio-Melatonin-t?
4. Lehetséges mellékhatások
5. Hogyan kell a Bio-Melatonin-t tárolni?
6. A csomagolás tartalma és egyéb információk

1. Milyen típusú gyógyszer a Bio-Melatonin és milyen betegségek esetén alkalmazható ?

A Bio-Melatonin hatóanyaga a melatonin, amit az agyban található úgynevezett tobozmirigy termel az alvás ideje alatt. Embereknél a melatonin az alvás kiváltásáért felelős és meghatározza az alvás-ébrenlét ritmusát. A 18 éves vagy annál idősebbek esetén a Bio-Melatonin alkalmazásával segíteni lehet olyan alvászavarok kezelését, amelyek az alvás-ébrenlét ciklus megzavarásával vannak összefüggésben, például hosszú repülőutat követően az időeltolódás okozta alvászavar ("dzset-leg"), illetve a több műszakban dolgozók megváltozott alvás-ébrenlét ritmusából eredő alvászavar.

2. Tudnivalók a Bio-Melatonin alkalmazása előtt

Ne szedje a Bio-Melatonin-t

- ha allergiás a melatoninra vagy a gyógyszer (6. pontban felsorolt) egyéb összetevőjére.

Figyelmeztetések és óvintézkedések

A Bio-Melatonin szedése előtt beszéljen kezelőorvosával vagy gyógyszerészével,

- ha máj-, vagy vesebetegségben szenved, mivel a gyógyszer alkalmazása nem ajánlott súlyos vesekárosodásban vagy májkárosodásban szenvedők számára.
- ha arról tájékoztatták Önt, hogy úgynevezett autoimmun betegségben szenved, a Bio-Melatonin szedése előtt beszéljen kezelőorvosával, mivel a melatonin súlyosbíthatja az Ön állapotát.
- A Bio-Melatonin aluszékonyságot idézhet elő, és ronthatja pl. a gépjárművezetéshez vagy gépek kezeléséhez szükséges képességeket.
- A Bio-Melatonin hatására álmosnak érezheti magát, ezért legyen óvatos, ha az álmoság valamilyen módon veszélyeztetheti a biztonságát.
- ha dohányzik, a dohányzás csökkentheti a Bio-Melatonin hatékonyságát, mert a dohányfüst összetevői növelhetik a melatonin májban való lebontását.

Gyermekek és serdülők

A Bio-Melatonin 3 mg alkalmazása gyermekeknél és 18 évnél fiatalabb serdülőknél nem javasolt, mivel a biztonságosságát és hatásosságát ebben a korcsoportban nem igazolták.

Egyéb gyógyszerek és a Bio-Melatonin

Feltétlenül tájékoztassa kezelőorvosát vagy gyógyszerészét a jelenleg vagy nemrégiben szedett, valamint szedni tervezett egyéb gyógyszereiről. Ezek közé tartoznak többek között az alábbi gyógyszerek:

- fluvoxamin (depresszió és kényszerbetegség kezelésére alkalmazott gyógyszer),
- metoxipizoralén (pikkelysömör kezelésére szolgáló),
- cimetidin (gyomorsavképződés csökkentésére szolgáló gyógyszer),
- klozapin (skizofrénia, Huntington-kór és Parkinson-kórral együtt járó pszichiátriai betegségek kezelésére alkalmazott gyógyszer).
- olanzapin (skizofrénia kezelésére és bipoláris zavarban a mániás vagy depressziós epizódok megelőzésére alkalmazott gyógyszer).
- imipramin, karbamazepin és dezpramin (depresszió kezelésére alkalmazott gyógyszerek).
- ciprofloxacín, moxifloxacín és rifampicin (antibiotikumok),
- wafarin és fenpropakumon (véralkotószerek).
- monoaminoxidáz (MAO) gátlók (depresszió kezelésére alkalmazott gyógyszerek).
- kalciumcsatorna-blokkolók (magas vérnyomás és hirtelen jelentkező, szorító mellkasi fájdalom [angina pectoris] kezelésére alkalmazott gyógyszer, mint amilyen a nifedipin).
- benzodiazepinek (altatók, pl. zolpidem és zopiklon),
- ösztrogének (fogamzásgátló vagy hormonpótló készítmények).

A Bio-Melatoninegyidejű alkalmazása étellel, itallal és alkohollal

A Bio-Melatonin szedése mellett nem ajánlatos alkoholt fogyasztani.

Terhesség, szoptatás és termékenység

Terhesség

Ne szedje a Bio-Melatonin-t, ha Ön terhes vagy szoptat, illetve ha fennáll Önnél a terhesség lehetősége vagy gyermeket szeretne. A gyógyszer alkalmazása előtt beszéljen kezelőorvosával vagy gyógyszerészével.

Szoptatás

A melatonin valószínűleg bejut az emberi anyatejbe, ezért a Bio-Melatonin- kezelés alatt álló nők számára nem javasolt a szoptatás.

A készítmény hatásai a gépjárművezetéshez és a gépek kezeléséhez szükséges képességekre

A Bio-Melatonin közepes mértékben befolyásolja a gépjárművezetéshez és gépek kezeléséhez szükséges képességeket. A melatonin a bevételt követően több órán keresztül csökkentheti az éberséget, ezért a Bio-Melatonin szedése vezetési, illetve gépek kezelése előtt nem ajánlott.

3. Hogyan kell alkalmazni a Bio-Melatonin-t ?

Ezt a gyógyszert mindig pontosan a betegtájékoztatóban leírtaknak, vagy az Ön kezelőorvosa vagy gyógyszerésze által elmondottaknak megfelelően alkalmazza. Amennyiben nem biztos az adagolást illetően, kérdezze meg kezelőorvosát vagy gyógyszerészét.

Felnőttek

Az ajánlott adag naponta 1-2 filmtabletta, amit szájon át, bőséges folyadékkal kell bevenni 1 órával lefekvés előtt, általában 4-7 napon keresztül. Hosszú repülőutat követően az időeltolódás okozta alvászavar ("dzset—leg") kezelésekor az új időzónában az első 3 napon 2 tablettát, majd azt követően 1 tablettát kell bevenni lefekvés előtt 1 órával.

Vesekárosodás

A Bio-Melatonin alkalmazása súlyos vesekárosodásban szenvedő betegek számára nem ajánlott.

Májkárosodás

A Bio-Melatonin alkalmazása májkárosodásban szenvedő betegek számára nem ajánlott.

Gyermekek

A Bio-Melatonin biztonságosságát és hatásosságát 0-18 éves gyermekek esetében nem igazolták.

Az alkalmazás módja

A Bio-Melatonin tablettát egészben nyelje le, ne törje össze.

Amennyiben úgy érzi, hogy a Bio-Melatonin hatása túl erős vagy túl gyenge, forduljon kezelőorvosához, gyógyszerészéhez.

Ha az előírtnál több Bio-Melatonin-t vett be

Nagyon nagy melatonin adag bevétele esetén mellékhatások jelentkezhetnek, mint pl. a bőr kipirulása, hasi görcsök, hasmenés, fénypontok megjelenése a szem előtt és fejfájás. A túladagolás leírt mellékhatásai általában nem olyan súlyosak, hogy orvoshoz kelljen fordulni. Amennyiben bizonytalan a tünetekben, ajánlatos orvoshoz fordulnia.

Gyermekeknél véletlenül előforduló, nagy dózisú gyógyszerbevitel esetén elővigyázatosságból orvoshoz kell fordulni.

Ha elfelejtette bevenni a Bio-Melatonin-t

A Bio-Melatonin-t lefekvés előtt 1 órával kell bevennie, ha ezt mégis elfelejti, akkor lefekvéskor is beveheti a gyógyszerét. Ne vegyen be kétszeres adagot a kihagyott adag pótlására.

Ha idő előtt abbahagyja a Bio-Melatonin szedését

A kezelés megszakítása vagy idő előtti befejezése nem jár ártalmas mellékhatásokkal.

A Bio-Melatonin-kezelés befejezése az eddigi ismeretek szerint nem okoz semmilyen megvonási tünet.

Ha bármilyen további kérdése van a gyógyszer alkalmazásával kapcsolatban, kérdezze meg kezelőorvosát vagy gyógyszerészét.

4. Lehetséges mellékhatások

Mint minden gyógyszer, így ez a gyógyszer is okozhat mellékhatásokat, amelyek azonban nem mindenkinél jelentkeznek. A melatonin általában jól tolerálható az ajánlott adagolás mellett.

Nem gyakori mellékhatások (100-ból legfeljebb 1 beteget érinthetnek)

- Ingerlékenység, idegesség, nyugtalanság, álmatlanság, szokatlan álmok, rémálmok, szorongás.
- Mígén, fejfájás, levertség, pszichomotoros hiperaktivitás, szédülés, aluszékonyság.
- Magas vérnyomás,
- Hasi fájdalom, gyomortáji fájdalom, emésztési zavarok, szájfekély, szájszárazság, hányinger.
- A bilirubin szintjének emelkedése a vérben.
- Bőrgyulladás, éjszakai veritékezés, viszketés, bőrkürités, egész testre kiterjedő viszketés, száraz bőr.
- Végtagfájdalom.
- Cukor megjelenése a vizeletben, fehérjevizelés.
- Menopauza tünetei.
- Gyengeség, mellkasi fájdalom.
- Kóros májfunkciós értékek, testtömeg-gyarapodás.

Ritka mellékhatások (1000-ból legfeljebb 1 beteget érinthetnek)

- Övsömör.
- A fehérvérsejtek csökkent száma, a vérlemezkék csökkent száma.
- A trigliceridek emelkedett szintje a vérben, a vér alacsony kalcium- és nátriumszintje.
- Kedélyváltozás, erőszakos viselkedés, izgatottság, sírás, stressz tünetek, tájékozódási zavar, kora hajnali ébredés, fokozott nemi vágy, rosszkedv, depresszió.
- Ájulás, memóriazavar, figyelemzavar, álomszerű állapot, nyugtalan láb szindróma, rossz alvás, zsibbadás/érzékiesés.
- Csökkent látásélesség, homályos látás, fokozott könnyezés.
- Forgó jellegű szédülés.
- Mellkasi fájdalom (angina pectorisz), heves szívverés.
- Hőhullámok.
- A gyomortartalom visszafolyása a nyelőcsőbe (reflux), emésztőrendszeri betegségek, szájnyalvakahártya-hólyagosodás, nyelvfekély, emésztőrendszeri irritáció, émelygés, hányás, bélhangok, szelek/puffadás, fokozott nyáleválasztás, bűzös lehelet, kellemetlen hasi érzés, gyomorpanaszok, gyomorgyulladás
- Ekcéma, vörös bőrkiütés (eritéma), bőrgyulladás a kézen, pikkelysömör, egész testre kiterjedő bőrkiütés, viszkető bőrkiütés, körömbetegségek.
- Ízületi gyulladás, izomgörcsök, nyaki fájdalom, éjszakai görcsök.
- Kórosan nagymennyiségű vizelet ürítése, vérvizelés, éjszakai vizelés.
- Tartós merevedés, prosztatagyulladás.
- Kimerültség, fájdalom, szomjúság.
- Emelkedett májenzimek, a vérben lévő elektrolitok kóros szintje, kóros laboratóriumi eredmények.

Nem ismert gyakoriságú mellékhatások (a gyakoriság a rendelkezésre álló adatokból nem állapítható meg)

- Túlérzékenységi reakció.
- Súlyos, a bőr alatti szövetek duzzanatával járó allergiás reakció (angioödéma), a nyelv vizenyős duzzanata, a szájnyalvakahártya vizenyős duzzanata.
- Tejtermelés megindulása (akár férfiaknál is).

Mellékhatások bejelentése

Ha Önél bármilyen mellékhatás jelentkezik, tájékoztassa kezelőorvosát vagy gyógyszerészét. Ez a beteg tájékoztatóban fel nem sorolt bármilyen lehetséges mellékhatásra is vonatkozik. A mellékhatásokat közvetlenül a hatóság részére is bejelentheti az V. függelékben található elérhetőségeken keresztül. A mellékhatások bejelentésével Ön is hozzájárulhat ahhoz, hogy minél több információ álljon rendelkezésre a gyógyszer biztonságos alkalmazásával kapcsolatban.

5. Hogyan kell a Bio-Melatonin-t tárolni ?

Ez a gyógyszer nem igényel különleges tárolást.

A gyógyszer gyermekektől elzárva tartandó!

A dobozon feltüntetett lejárati idő után ne alkalmazza ezt a gyógyszert. A lejárati idő az adott hónap utolsó napjára vonatkozik.

Semmilyen gyógyszert ne dobjon a szennyvízbe vagy a háztartási hulladékba. Kérdezze meg gyógyszerészét, hogy mit tegyen a már nem használt gyógyszereivel. Ezek az intézkedések elősegítik a környezet védelmét.

6. A csomagolás tartalma és egyéb információk

Mit tartalmaz a Bio-Melatonin

- A hatóanyag a melatonin. 3 mg melatonin filmtablettánként.
- Egyéb összetevők: magnézium-sztearát, vízmentes koloid szilícium-dioxid, maltodextrin, mikrokristályos cellulóz. *Filmbevonat*: hipromellóz.

Milyen a Bio-Melatonin külleme és mit tartalmaz a csomagolás

Filmtabletta.

Fehér, kerek, mindkét oldalán domború, filmbevonatú tablettá.

30, 60 illetve 120 filmtabletta buboréksomagolásban és dobozban.

A forgalomba hozatali engedély jogosultja és a gyártó

A forgalomba hozatali engedély jogosultja:

Pharmyn ApS
Jernbanegade 27
6000 Kolding
Dánia

Gyártó:

Pharma Nord ApS
Tinglykke 4-6
DK-6500 Vojen

A készítményhez kapcsolódó további kérdéseivel forduljon a forgalomba hozatali engedély jogosultjának helyi képviselőjéhez:

Pharma Nord Kft
1139 Budapest
Váci út 95.
Tel: (1) 2360 565
Fax: (+36-1) 2360 564
e-mail: info@pharmanord.hu

OGYI-T-8974/01	30×
OGYI-T-8974/02	60×
OGYI-T-8974/03	120×

A betegtájékoztató legutóbbi felülvizsgálatának dátuma : 2017. január