

# Pharmaton®

## Vital Kapseln N



### Weichkapseln zum Einnehmen

Zur Anwendung bei Erwachsenen und Kindern ab 12 Jahren

**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.

#### Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was sind PHARMATON Vital Kapseln N und wofür werden sie angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von PHARMATON Vital Kapseln N beachten?
3. Wie sind PHARMATON Vital Kapseln N einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie sind PHARMATON Vital Kapseln N aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### 1. Was sind PHARMATON Vital Kapseln N und wofür werden sie angewendet?

PHARMATON Vital Kapseln N ist ein traditionelles Arzneimittel. PHARMATON Vital Kapseln N werden angewendet: Zur Besserung des Allgemeinbefindens. Diese Angabe beruht ausschließlich auf Überlieferung und langjähriger Erfahrung.

#### 2. Was sollten Sie vor der Einnahme von PHARMATON Vital Kapseln N beachten?

**PHARMATON Vital Kapseln N dürfen nicht eingenommen werden,**

- wenn Sie allergisch gegen einen der Wirkstoffe, Erdnuss, Soja oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.
- wenn bereits eine Behandlung mit Vitamin A-Zubereitungen, z. B. als spezielles, hochwirksames Aknemittel oder mit Vitamin D erfolgt.
- bei Erkrankungen aufgrund einer Überdosis an Vitamin A oder Vitamin D.
- wenn eine Hirndrucksteigerung bekannt ist.
- bei erhöhter Calciumkonzentration im Blut (Hypercalcämie), erhöhter Calciumkonzentration im Urin (Hypercalcurie) und calciumhaltigen Nierensteinen.

Eisenhaltige Wirkstoffkombinationen sollten nicht eingenommen werden:

- bei der selten vorkommenden Eisenspeicherkrankheit (Hämochromatose).
- bei der Thalassämie, auch Mittelmeeranämie genannt, der eine Fehlproduktion der roten Blutkörperchen zugrunde liegt.
- bei Eisenüberladung aufgrund von Anämien (Infektions- oder Tumoranämie), ausgelöst durch einen Infekt oder Tumor.
- bei Eisenverwertungsstörungen, wie z. B. bei der sideroachrestischen Anämie.

#### Kinder und Jugendliche

Aufgrund der Dosierung sind PHARMATON Vital Kapseln N für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet.

#### Einnahme von PHARMATON Vital Kapseln N 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.

Da zwischen den verschiedenen Inhaltsstoffen vielfältige Wechselwirkungen bestehen, sollte die angegebene Dosierung streng eingehalten werden. Das Risiko einer erhöhten Calciumkonzentration im Blut (Hypercalcämie) ist bei der gleichzeitigen Einnahme von Thiazid-Diuretika (Arzneimittel zur Förderung der Wasserausscheidung) gegeben. Bei erhöhter Calciumkonzentration im Blut und gleichzeitiger Einnahme von Digitalis-Präparaten (Arzneimittel zur Förderung der Herzfunktion) können Herzrhythmusstörungen auftreten. Zusätzlich hohe Dosen zinkhaltiger Präparate

werden wegen einer möglichen Hemmung der Eisenresorption nicht empfohlen. Die Resorption gleichzeitig eingenommener Tetracycline kann gehemmt werden. Wechselwirkungen von Eisen mit Tetracyclin-Antibiotika (Tetracyclin, Doxycyclin, Minocyclin) und Vitamin B<sub>6</sub> und L-Dopa sind bekannt.

Mittel gegen Magenübersäuerung (Antacida) vermindern die Eisenresorption ebenso wie Inhaltsstoffe aus Nahrungsbestandteilen, z. B. aus Milch, Kaffee oder schwarzem Tee.

Deshalb sollten diese Präparate bzw. Milch, Kaffee oder schwarzer Tee nicht mit PHARMATON Vital Kapseln N gemeinsam eingenommen werden. Es empfiehlt sich eine um mehrere Stunden zeitlich versetzte Einnahme.

Bei gleichzeitiger Einnahme von Ginseng-Präparaten und blutgerinnungshemmenden Arzneimitteln (Antikoagulanzen) kann die Wirkung von oral eingenommenen blutgerinnungshemmenden Arzneimitteln (z. B. Warfarin) verringert werden. Bevor Sie diese Präparate einnehmen, fragen Sie bitte Ihren Arzt, ob Sie solche Arzneimittel einnehmen oder in naher Zukunft einnehmen müssen.

#### Schwangerschaft, Stillzeit und Zeugungs-/Gebärfähigkeit

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.

Wegen fehlender Untersuchungsergebnisse sollten PHARMATON Vital Kapseln N in der Schwangerschaft und Stillzeit nicht angewendet werden.

Obwohl Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente zu den lebensnotwendigen Nahrungsbestandteilen gehören, sollte die angegebene Tagesdosis nicht überschritten werden, da einige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente bei einer erhöhten Dosierung insbesondere bei langfristiger Anwendung Nebenwirkungen hervorrufen können. Mit PHARMATON Vital Kapseln N wurden keine Studien zur Auswirkung auf die menschliche Zeugungs-/Gebärfähigkeit durchgeführt.

#### Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen

Es wurden keine Studien zur Auswirkung auf die Verkehrstüchtigkeit und die Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen durchgeführt.

#### PHARMATON Vital Kapseln N enthalten Lactose (eine Zuckerart).

Bitte nehmen Sie PHARMATON Vital Kapseln N daher erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Erdnussöl kann selten schwere allergische Reaktionen hervorrufen.

Sojaöl kann sehr selten allergische Reaktionen hervorrufen.

#### 3. Wie sind PHARMATON Vital Kapseln N einzunehmen?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach der mit Ihrem Arzt oder Apotheker getroffenen Absprache ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

Die empfohlene Dosis beträgt:

Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren 1 - 2 Weichkapseln täglich. PHARMATON Vital Kapseln N sollten nur solange eingenommen werden, wie der Bedarf durch eine geeignete Ernährung nicht gedeckt werden kann.

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

#### Anwendung bei Kindern und Jugendlichen:

Aufgrund der Dosierung sind PHARMATON Vital Kapseln N für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet.

#### Wenn Sie eine größere Menge PHARMATON Vital Kapseln N eingenommen haben, als Sie sollten

Wenn Sie eine größere Menge PHARMATON Vital Kapseln N eingenommen haben, als Sie sollten: Wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

Eine längerfristige tägliche Einnahme größerer Mengen als der empfohlenen, kann chronische Vergiftungserscheinungen, z. B. Erbrechen, Kopfschmerzen, Benommenheit und Durchfall, hervorrufen. Akute Beschwerden treten nur bei sehr hohen Dosen auf. Im Allgemeinen sollte die tägliche Aufnahme von Eisen und Zink für jedes der beiden Spurenelemente 15 mg nicht überschreiten (nicht mehr als 2 Kapseln).

#### Wenn Sie die Einnahme von Pharmaton Vital Kapseln N vergessen haben

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

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

#### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel 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

#### Erkrankungen des Immunsystems

In Einzelfällen (Häufigkeit nicht abschätzbar) wurden allergische Reaktionen gegen einzelne Inhaltsstoffe beschrieben. Erdnussöl kann selten schwere allergische Reaktionen hervorrufen.

Sojaöl kann sehr selten allergische Reaktionen hervorrufen.

#### Erkrankungen des Nervensystems

Es wurden Fälle von Kopfschmerzen und Schwindel beobachtet.

#### Erkrankungen des Magen-Darm-Systems

Es wurden Fälle von Magen-Darm-Beschwerden (z. B. Übelkeit, Magenschmerzen, Erbrechen und Durchfall) beobachtet.

#### Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes

Es wurden Fälle von Überempfindlichkeitsreaktionen (z. B. Hautausschlag und Juckreiz) beobachtet.

Im Falle allergischer Reaktionen setzen Sie bitte das Präparat ab und wenden sich an Ihren Arzt.

Es kann zu einer unbedenklichen Schwarzfärbung des Stuhls bzw. Gelbfärbung des Urins durch den Gehalt an Eisen bzw. Vitamin B<sub>2</sub> kommen.

#### 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 sind PHARMATON Vital Kapseln N aufzubewahren?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Etikett und dem Umkarton nach „Verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

#### Aufbewahrungsbedingungen

Das Arzneimittel ist trocken und fest verschlossen im Originalbehältnis aufzubewahren. Nicht über 25 °C lagern.

#### Hinweis auf die Haltbarkeit nach Anbruch

Nach Anbruch des Behältnisses sind PHARMATON Vital Kapseln N 5 Monate haltbar.

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

##### Was PHARMATON Vital Kapseln N enthalten

Die Wirkstoffe je Weichkapsel sind:

Trockenextrakt aus Ginsengwurzel (3-7:1)	
Auszugsmittel: Ethanol 40 Vol.-%	17,4 mg
Retinopalmitat (entspricht 1500 IE Vitamin A)	0,825 mg
Ascorbinsäure (Vitamin C)	35,0 mg
α-Tocopherolacetat (Vitamin E-acetat)	7,45 mg
Ergocalciferol (entspricht 200 IE Vitamin D <sub>2</sub> )	5,0 µg
Thiaminnitrat (Vitamin B <sub>1</sub> -mononitrat)	0,7 mg
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	0,8 mg
Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B <sub>6</sub> (PN)-hydrochlorid)	0,9 mg
Cyanocobalamin (Vitamin B <sub>12</sub> )	1,0 µg
Nicotinamid	9,0 mg
Folsäure	200,0 µg
Calciumhydrogenphosphat	332,0 mg
Eisen-(II)-sulfat	18,55 mg
Zinkoxid	1,25 mg

Die sonstigen Bestandteile sind:

Eisen(III)-oxid (E 172); Eisen(II,III)-oxid (E 172); Phospholipide aus Sojabohnen; Wachsmischung aus gelbem Wachs, hydriertem Sojaöl und partiell hydriertem Sojaöl; Sojaöl; Erdnussöl; Glycerol 85 %; 3-Ethoxy-4-hydroxybenzaldehyd; Gelatine; Lactose-Monohydrat; hoch disperses Siliciumdioxid.

1 Weichkapsel enthält 0,0125 BE.

##### Wie PHARMATON Vital Kapseln N aussehen und Inhalt der Packung

Dunkelbraune, undurchsichtige Weichkapseln

PHARMATON Vital Kapseln N sind in Packungen mit 40 und 100 Weichkapseln erhältlich.

##### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller Pharmazeutischer Unternehmer

**SANOFI** 

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH  
65926 Frankfurt am Main  
Postanschrift:  
Postfach 80 08 60  
65908 Frankfurt am Main  
Telefon: 0800 56 56 010 - Telefax: 0800 56 56 011

##### Hersteller

Boehringer Ingelheim Pharma GmbH & Co. KG  
Vertriebslinie Thomae  
Binger Str. 173, 55216 Ingelheim am Rhein

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im Juni 2017.**



Weitere Informationen zu Pharmaton finden Sie im Internet unter [www.Pharmaton.de](http://www.Pharmaton.de)

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an:

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH  
Postfach 80 08 60 - 65908 Frankfurt am Main  
Telefon: 0800 56 56 010 - Telefax: 0800 56 56 011

## Vitalstoffe und ihre Nutzen für den menschlichen Körper:

### Extra

#### Ginseng- Extrakt G115®

Ist ein Stärkungsmittel, das bei Müdigkeitsgefühl, nachlassender Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit sowie während der Genesung angewendet wird.

### Vitamine

- Vitamin A** Wichtig für die Sehkraft, gesunde Haut, Schleimhäute (Zahnfleisch), Haarwachstum und die Leistungsfähigkeit des Immunsystems.
- Vitamin B<sub>1</sub>** Maßgeblich für die Energiegewinnung aus der Nahrung (Kohlenhydrat-Stoffwechsel), Funktionsfähigkeit des Nervensystems.
- Vitamin B<sub>2</sub>** Wichtig für die Verwertung von Kohlenhydraten, Eiweiß und Fetten im Körper zur Energiegewinnung.
- Vitamin B<sub>6</sub>** Wichtig für die Nervenzellfunktionen und für die Blutbildung.
- Vitamin B<sub>12</sub>** Zusammen mit Folsäure wichtig für Blutbildung und Erhalt der Nervenfunktion.
- Vitamin C** Verbessert die Eisenaufnahme aus der Nahrung, wichtig bei der Bildung und Funktionserhaltung von Bindegewebe und Knochen, trägt zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte bei.
- Vitamin D** Wichtig für gesunde Zähne und Knochen, hilft bei der Calcium- und Phosphor-Aufnahme in den Körper.

- Vitamin E** Schützt rote Blutkörperchen, die Muskulatur und andere Gewebe vor schädlichen Umwelteinflüssen.
- Nicotinamid** Wichtig für Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel, Blutbildung, Funktionen des zentralen und peripheren Nervensystems, gesunde Haut und Schleimhäute.
- Folsäure, Vitamin B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>** Können helfen, das Risiko einer Entstehung der allgemeinen Arteriosklerose zu verringern; zusätzlich fördern sie die Blutbildung und Zellerneuerung.

### Mineralstoffe

- Calcium** Wichtig für starken Knochenbau, gesunde Zähne; beteiligt an der Erregbarkeit der Nerven und Muskeln z. B. am Herzen.
- Phosphor** Unentbehrlich für Energiegewinnung und -umwandlung; wichtiger Baustein des Erbmaterials.

### Spurenelemente

- Eisen** Ist wichtiger Bestandteil der roten Blutkörperchen und hilft dadurch einen optimalen Sauerstofftransport zu gewährleisten.
- Zink** Unterstützt das Immunsystem, fördert die Wundheilung; Bestandteil vieler Enzyme.