



## **Gebrauchsinformation: Information für den Anwender Magnesium-Diasporal® 300 mg**

### **Granulat zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen Für Erwachsene**

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 nach der Einnahme nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Was in dieser Packungsbeilage steht:

1. Was ist Magnesium-Diasporal® 300 mg und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Magnesium-Diasporal® 300 mg beachten?
3. Wie ist Magnesium-Diasporal® 300 mg einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Magnesium-Diasporal® 300 mg aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

### **1. Was ist Magnesium-Diasporal® 300 mg und wofür wird es angewendet?**

Magnesium-Diasporal® 300 mg ist ein Mineralstoffpräparat und enthält den Wirkstoff Magnesiumcitrat.

Magnesium-Diasporal® 300 mg wird angewendet zur Behandlung und Vorbeugung eines Magnesiummangels.

Zeichen eines Magnesiummangels können Beschwerden des Nervensystems und der Muskeln (Zittern, Muskelkrämpfe, Tetanie) sowie Persönlichkeitsveränderungen sein. Wenn Sie sich nach der Einnahme dieses Arzneimittels nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an einen Arzt.

### **2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Magnesium-Diasporal® 300 mg beachten?**

**Magnesium-Diasporal® 300 mg darf nicht eingenommen werden:**

- wenn Sie allergisch gegen Magnesiumcitrat oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind,
- bei schwerer Nierenfunktionsstörung (glomeruläre Filtrationsleistung < 30 ml/min),
- bei Störungen der Erregungsüberleitung am Herzen, die zu langsamen Herzschlag (Bradykardie) führen.

### **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen**

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Magnesium-Diasporal® 300 mg einnehmen.

### **Kinder und Jugendliche (0 - 18 Jahre)**

Es liegen keine Erfahrungen über die Behandlung von Kindern und Jugendlichen vor.

### **Einnahme von Magnesium-Diasporal® 300 mg 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.

Sie sollten die gleichzeitige Einnahme mit anderen Arzneimitteln, sofern möglich, verhindern. Halten Sie einen Abstand von 2–3 Stunden zwischen der Einnahme dieses und Ihrer anderen Arzneimittel ein, um mögliche Wechselwirkungen zu verhindern.

- Im Fall von **Fluoriden** und **Tetrazyklinen** sollte ein zeitlicher Abstand von 2–3 Stunden **unbedingt** eingehalten werden.
- Antibakteriell wirkende Mittel (Aminoglykosid-Antibiotika), entwässernde Mittel (Thiazide, Furosemid) und Mittel, die die Magensäure-Produktion hemmen (Omeprazol, Pantoprazol), sowie die Wirkstoffe Cisplatin, Cyclosporin A, Foscarnet, Cetuximab und Erlotinib, Pentamidin, Rapamycin und Amphotericin B können einen Magnesiummangel verursachen. Fragen Sie daher Ihren Arzt, ob Sie Ihre tägliche Dosierung entsprechend anpassen 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.

Magnesium-Diasporal® 300 mg kann in Schwangerschaft und Stillzeit ohne Bedenken eingenommen werden. Aufgrund der Langzeiterfahrung sind keine Auswirkungen auf die männliche und weibliche Zeugungs-/Gebärfähigkeit zu erwarten.

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

Magnesium-Diasporal® 300 mg hat keinen oder einen zu vernachlässigenden Einfluss auf die Verkehrstüchtigkeit und die Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen.

### **Magnesium-Diasporal® 300 mg enthält Sucrose (Zucker) und Natrium**

Dieses Arzneimittel enthält Sucrose (Zucker). Bitte nehmen Sie dieses Arzneimittel erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Der häufige und dauernde Gebrauch von Magnesium-Diasporal® 300 mg kann aufgrund des enthaltenen Zuckers schädlich für die Zähne sein (Karies).

Ein Beutel enthält 1,75 mmol (40 mg) Natrium. Wenn Sie eine kochsalzarme Diät einhalten müssen, sollten Sie dies berücksichtigen.

### **3. Wie ist Magnesium-Diasporal® 300 mg 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.

### **Nierenfunktionsstörungen**

Magnesium darf bei stark eingeschränkter Nierenfunktion nicht eingenommen werden.

### **Die empfohlene Dosis beträgt**

für Erwachsene (> 18 Jahre) 1 Beutel täglich (entsprechend 300 mg Magnesium).

### **Art der Anwendung**

Lösen Sie bitte das Granulat in einem halben Glas Wasser, Saft oder Tee auf und trinken Sie den Inhalt des Glases vollständig aus.

### **Wenn Sie eine größere Menge von Magnesium-Diasporal® 300 mg eingenommen haben, als Sie sollten**

Bei intakter Nierenfunktion sind keine Nebenwirkungen zu erwarten. Zuviel zugeführtes Magnesium wird über die Nieren ausgeschieden.

Wenn Sie eine größere Menge von Magnesium-Diasporal® 300 mg eingenommen haben, als Sie sollten oder wenn jemand mit schweren Nierenfunktionsstörungen oder ein Kind versehentlich dieses Arzneimittel eingenommen hat, wenden Sie sich bitte zu Risiken und zur Beratung an Ihren Arzt oder eine Notaufnahme.

Wenn Sie die Einnahme von Magnesium-Diasporal® 300 mg vergessen haben

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

Wenn Sie weitere Fragen zur Einnahme dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an 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.

**Gelegentlich** (weniger als 1 von 100, aber mehr als 1 von 1.000 Behandelten):

- Stuhlerweichung bis hin zu Durchfall zu Beginn der Behandlung (diese sind harmlos und klingen meist im Laufe der Behandlung von alleine wieder ab).

**Sehr selten** (weniger als 1 von 10.000 Behandelten):

- Müdigkeitserscheinungen bei länger dauernder Anwendung von Magnesium-Diasporal® 300 mg

Falls eine Nebenwirkung auftritt, sollte die Therapie vorübergehend unterbrochen werden. Nach Besserung bzw. nach Abklingen der Symptome kann die Einnahme mit reduzierter Dosis wieder aufgenommen werden.

#### 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 an das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger Allee 3, D-53175 Bonn, Website: <http://www.bfarm.de> melden. Durch die Meldung von Nebenwirkungen können Sie helfen, weitere Informationen zur Sicherheit dieses Medikamentes zu liefern.

#### 5. Wie ist Magnesium-Diasporal® 300 aufzubewahren?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und den Beuteln angegebenen Verfallsdatum nicht mehr verwenden. Das Verfallsdatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

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

Was Magnesium-Diasporal® 300 mg enthält

- Der Wirkstoff ist Magnesiumcitrat: Ein Beutel (5,073g) enthält 1856,6 mg Magnesiumcitrat; entsprechend 300 mg Magnesium.
- Die sonstigen Bestandteile sind: Sucrose (Zucker), Citronensäure, Natriumhydrogencarbonat, Riboflavin (E 101), Orangenaroma.

Wie Magnesium-Diasporal® 300 mg aussieht und Inhalt der Packung

Gelbes Granulat mit Orangengeruch.

Magnesium-Diasporal® 300 mg Granulat zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen ist in Packungen mit 20 (N1), 50 (N2) und 100 (N3) Beuteln erhältlich. Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht.

#### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller

Protina Pharmazeutische Gesellschaft mbH  
Adalperostraße 37 · 85737 Ismaning · Deutschland

Dieses Arzneimittel ist in den Mitgliedsstaaten der Europäischen Gemeinschaft unter folgenden Namen zugelassen:

**Österreich** Magnesium Diasporal® 300 mg

Granulat zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen

**Dänemark** Magnesium Diasporal®

**Deutschland** Magnesium-Diasporal® 300 mg

Granulat zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen

**Schweden** Magnesium Diasporal® 300 mg

Granulat till oral lösning

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im Mai 2014.

*Liebe Patientin, lieber Patient, mit Magnesium-Diasporal® 300mg haben Sie sich für ein bewährtes Arzneimittel entschieden. Das Trinkgranulat enthält als einzigen Wirkstoff Magnesiumcitrat, welches vom Körper sehr gut aufgenommen wird. Bereits ein Stick Magnesium-Diasporal® 300mg pro Tag entspricht der von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) angegebenen Tagesdosis von 300mg Magnesium zur Therapie eines Magnesiummangels.*

*Magnesium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, der vom Körper nicht selbst gebildet werden kann. Bei einem Magnesiummangel signalisiert unser Körper das Defizit zum Beispiel durch Symptome wie schmerzhafte Fuß- und Wadenkrämpfe oder durch Verspannungen der Hals-, Nacken- und Schultermuskulatur. Magnesium-Diasporal® 300 mg gleicht einen Magnesiummangel aus und trägt so zu einem reibungslosen Funktionieren des Muskelapparates bei.*

*In bestimmten Lebenssituationen wie z.B. in Schwangerschaft und Stillzeit ist der Magnesiumbedarf erhöht. Hier ist es sinnvoll auf eine ausreichende Magnesiumversorgung zu achten.*

*Auch eine erhöhte Magnesiumausscheidung über den Urin ist Ursache für einen Magnesiumverlust. Erhöhte Blutzuckerwerte verändern die Nierenfunktion, dadurch geht mehr Magnesium über den Urin verloren. Die Folge kann ein Magnesiummangel sein. Aus diesem Grund haben Diabetiker einen erhöhten Magnesiumbedarf.*

*Bei Migräne kann der Magnesiummangel eine wichtige Rolle spielen, denn Migränepatienten haben häufig einen erniedrigten Magnesiumspiegel. Eine Magnesiumsupplementierung erwies sich darüber hinaus auch in der Migräneprophylaxe als effektiv.*

*Ein Magnesiummangel führt auch zu Herzrhythmusstörungen, was sich als schneller Herzschlag, Herzstolpern oder Herzflimmern äußern kann.*

*Sogar die Einnahme bestimmter Arzneimittel – z.B. entwässernde Mittel (Diuretika) oder Magensäureblocker (Omeprazol, Pantoprazol) – führen zu einem Magnesiummangel.*

*Achten Sie daher auf eine ausreichende Magnesiumversorgung! Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen eine gute Gesundheit.*

#### Weitere Informationen unter [www.diasporal.de](http://www.diasporal.de) oder bei

Protina Pharm. GmbH, Adalperostraße 37, D-85737 Ismaning, Tel 089-99 65 53-0, [info@diasporal.de](mailto:info@diasporal.de)  
Gerne senden wir Ihnen den aktuellen Magnesium-Ratgeber mit Informationen und Tipps rund um Magnesium und Magnesium-Diasporal® zu. Selbstverständlich unverbindlich und kostenfrei.