

## Ihre Apotheke informiert: Einnahmehinweise zu Bisphosphonaten

Zur Therapie Ihrer Osteoporose wurde Ihnen

\_\_\_\_\_ verordnet.

Bitte halten Sie folgende Einnahmehinweise genau ein. Nur so kann Ihr Medikament rasch den Magen erreichen, so dass die Speiseröhre nicht gereizt wird. Diese Hinweise sind auch wichtig für eine gute Wirksamkeit des Medikaments, da es durch Nahrung, Getränke und bestimmte Arzneimittel stark in seiner Wirkung abgeschwächt wird.

- Bitte nehmen Sie Ihr Medikament immer am **vorgegebenen Tag** ein: \_\_\_\_\_.
- Bitte nehmen Sie es am Morgen **auf leeren Magen** ein, bevor Sie irgendetwas essen oder trinken. Sie dürfen außer Wasser mindestens sechs Stunden vor der Einnahme nichts gegessen oder getrunken haben.
- Schlucken Sie Ihre Tablette in einem Stück herunter, nicht kauen, zerdrücken oder lutschen.
- Trinken Sie dazu ein großes Glas (250 ml) **Leitungswasser** oder **mineralienarmes Mineralwasser**, z. B. \_\_\_\_\_.
- Halten Sie einen **Zeitabstand zum Frühstück** ein: Tablette mindestens 30 Minuten (Alendronsäure und Risedronsäure) bzw. eine Stunde (Ibandronsäure) bzw. zwei Stunden

(Etidronsäure) **vor dem Frühstück** einnehmen. In dieser Zeit bitte nichts anderes essen oder trinken außer Leitungswasser oder mineralienarmes Mineralwasser (insbesondere keinen Kaffee, Tee, Milch oder Saft trinken).

- Bleiben Sie nach der Einnahme **in aufrechter Körperhaltung** – sitzend, stehend oder gehend – für 30 Minuten (Alendronsäure und Risedronsäure) bzw. für eine Stunde (Ibandronsäure). Legen Sie sich erst wieder hin, nachdem Sie die erste Mahlzeit des Tages zu sich genommen haben.
- Trinken Sie keine Milch und essen Sie keine Milchprodukte (Käse, Joghurt, Quark) zum Frühstück, da das enthaltene Calcium die Wirkung Ihres Arzneimittels stark schwächen kann.
- Halten Sie nach der Einnahme einen zeitlichen Abstand von mehr als zwei Stunden zu mineralstoffhaltigen Arzneimitteln ein (Vitamin- oder Ergänzungspräparate) sowie zu magensäurebindenden Arzneimitteln (Antazida).

Treten Schwierigkeiten oder Schmerzen beim Schlucken, Schmerzen in der Brust auf oder bekommen Sie Sodbrennen, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

Bei Fragen oder Unsicherheiten stehen wir Ihnen jederzeit gern zur Verfügung!

Ihre Apotheke