

## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

# GRANU FINK®

## femina

### Wirkstoffe:

1 Hartkapsel enthält:	
Kürbissamenöl	227,3 mg
Trockenextrakt aus Gewürzsumachrinde (5–7 : 1)	56,0 mg
Auszugsmittel: Wasser	
Trockenextrakt aus Hopfenzapfen (5,5–6,5 : 1)	18,0 mg
Auszugsmittel: Wasser	

**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.

- 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 zwei Wochen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

### Was in dieser Packungsbeilage steht:

1. Was ist GRANU FINK® femina und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von GRANU FINK® femina beachten?
3. Wie ist GRANU FINK® femina einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist GRANU FINK® femina aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

### 1. WAS IST GRANU FINK® FEMINA UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?

GRANU FINK® femina ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel.

#### Anwendungsgebiete:

Traditionelles Arzneimittel angewendet

- Zur Stärkung oder Kräftigung der Blasenfunktion bei Blaseschwäche
- Zur Linderung von Blasenbeschwerden durch hyperaktive Blase (Reizblase), nachdem schwerwiegende Erkrankungen durch einen Arzt ausgeschlossen wurden.

GRANU FINK® femina ist ein traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist.

### 2. WAS SOLLTEN SIE VOR DER EINNAHME VON GRANU FINK® FEMINA BEACHTEN?

#### GRANU FINK® femina darf nicht eingenommen werden:

– wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Hopfenzapfen, Gewürzsumachrinde, Kürbissamen, kürbisähnliche Pflanzen wie z. B. Wassermelone, Zucchini etc., Soja, Erdnuss oder einen der sonstigen Bestandteile von GRANU FINK® femina sind.

#### Besondere Vorsicht bei der Einnahme von GRANU FINK® femina ist erforderlich:

- Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie GRANU FINK® femina einnehmen.
- Beim Auftreten von Krankheitszeichen, wie Fieber, Krämpfen, Blut im Urin, Schmerzen beim Wasserlassen oder akuter Harnverhaltung sollte ein Arzt aufgesucht werden.

#### Kinder und Jugendliche:

Die Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren wird nicht empfohlen, da keine ausreichenden Daten zu dieser Altersgruppe vorliegen.

#### Bei Einnahme von GRANU FINK® femina mit anderen Arzneimitteln:

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker wenn Sie andere Arzneimittel

einnehmen, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel einzunehmen.

#### Einnahme von GRANU FINK® femina zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken:

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

#### Schwangerschaft, Stillzeit und 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.

Die Sicherheit während der Schwangerschaft und Stillzeit wurde nicht untersucht. Für Schwangere und Stillende wird daher die Einnahme von GRANU FINK® femina nicht empfohlen. Es liegen keine Berichte zu Fehlbildungen bei Neugeborenen nach der Einnahme von GRANU FINK® femina vor. Das Arzneimittel kann während der Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden, wenn dies klinisch erforderlich ist. Es liegen keine Daten zur Beeinflussung der Fruchtbarkeit vor.

#### Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:

Es sind keine Beeinträchtigungen bekannt.

#### Wichtige Informationen über bestimmte sonstige Bestandteile von GRANU FINK® femina:

Dieses Arzneimittel enthält Glucose. Bitte nehmen Sie GRANU FINK® femina erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

### 3. WIE IST GRANU FINK® FEMINA EINZUNEHMEN?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau nach Absprache mit Ihrem Arzt oder Apotheker ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

Die empfohlene Dosis beträgt für Erwachsene 3-mal täglich 1 Hartkapsel. Die Hartkapseln sollten mit ausreichend Flüssigkeit, am besten vor den Mahlzeiten eingenommen werden.

Die Dauer der Anwendung ist nicht begrenzt.

Wenn sich die Beschwerden verschlimmern oder wenn während der Anwendung des Arzneimittels Symptome wie Fieber, Krämpfe oder Blut im Urin, Schmerzen beim Wasserlassen oder Harnverhalt auftreten, ist ein Arzt aufzusuchen.

#### Anwendung bei Kindern und Jugendlichen

Die Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren wird nicht empfohlen.

#### Wenn Sie eine größere Menge GRANU FINK® femina eingenommen haben, als Sie sollten:

Wenn Sie eine größere Menge GRANU FINK® femina eingenommen haben als Sie sollten, benachrichtigen Sie bitte Ihren Arzt. Dieser kann über gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen entscheiden. Möglicherweise treten die unten aufgeführten Nebenwirkungen verstärkt auf.

#### Wenn Sie die Einnahme von GRANU FINK® femina vergessen haben:

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

#### Wenn Sie die Einnahme von GRANU FINK® femina abbrechen:

Eine Unterbrechung oder vorzeitige Beendigung der Behandlung ist in der Regel unbedenklich.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

### 4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?

Wie alle Arzneimittel kann GRANU FINK® femina Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrundegelegt:

<b>Sehr häufig:</b>	mehr als 1 von 10 Behandelten
<b>Häufig:</b>	weniger als 1 von 10, aber mehr als 1 von 100 Behandelten
<b>Gelegentlich:</b>	weniger als 1 von 100, aber mehr als 1 von 1.000 Behandelten
<b>Selten:</b>	weniger als 1 von 1.000, aber mehr als 1 von 10.000 Behandelten
<b>Sehr selten:</b>	weniger als 1 von 10.000 Behandelten oder unbekannt
<b>Nicht bekannt:</b>	Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar

Bei der Einnahme von GRANU FINK® femina können Magen-Darm-Beschwerden und allergische Reaktionen wie Hautausschläge, Juckreiz, Schwellungen auftreten. Die Häufigkeit ist nicht bekannt.

#### Andere mögliche Nebenwirkungen

Sojaöl kann sehr selten allergische Reaktionen hervorrufen.

#### Welche Gegenmaßnahmen sind bei Nebenwirkungen zu ergreifen?

Sollten Sie Magen-Darm-Beschwerden beobachten, informieren Sie bitte gegebenenfalls Ihren Arzt, damit er über den Schweregrad und gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen entscheiden kann.

Beim Auftreten von allergischen Reaktionen ist GRANU FINK® femina abzusetzen und gegebenenfalls sofort ein Arzt aufzusuchen.

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

#### 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 über das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (siehe unten) anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte

Abt. Pharmakovigilanz

Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, 53175 Bonn

Website: <http://www.bfarm.de>

#### 5. WIE IST GRANU FINK® FEMINA AUFZUBEWAHREN?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf. Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf der Faltschachtel bzw. auf der Durchdrückpackung nach „Verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Entsorgen Sie Arzneimittel nicht im Abwasser. Fragen Sie Ihren Apotheker, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei.

#### Aufbewahrungsbedingungen:

Nicht über 25 °C lagern.

#### 6. INHALT DER PACKUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

Was GRANU FINK® femina enthält:

#### Wirkstoffe:

1 Hartkapsel enthält:

Kürbissamenöl 227,3 mg

Trockenextrakt aus Gewürzsumachrinde (5–7 : 1) 56,0 mg

Auszugsmittel: Wasser

Trockenextrakt aus Hopfenzapfen (5,5–6,5 : 1) 18,0 mg

Auszugsmittel: Wasser

Die sonstigen Bestandteile sind:

All-rac-alpha-Tocopherolacetat, Phospholipide aus Sojabohnen, Partiiell hydriertes Sojaöl, gelbes Wachs, Gelatine, Glycerol, gereinigtes Wasser, Glucosesirup, Maltodextrin, Natriumdodecylsulfat, Farbstoffe: Titandioxid, Eisen(III)-oxid (E 172) und Eisen(III)-hydroxid-oxid x H<sub>2</sub>O (E172).

#### Wie GRANU FINK® femina aussieht und Inhalt der Packung:

GRANU FINK® femina sind rotbraune Hartkapseln, die in einer Durchdrückpackung verpackt sind.

Originalpackungen mit 30, 60 oder 120 Hartkapseln.

#### Pharmazeutischer Unternehmer:

Omega Pharma Deutschland GmbH, Benzstraße 25, 71083 Herrenberg

#### Hersteller:

Omega Pharma Manufacturing GmbH & Co. KG, Benzstraße 25, 71083 Herrenberg

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im Juli 2014.

GEFE000DEZV09.01

1000003733

#### Blasenschwäche bei Frauen – wie kommt es dazu?

Die Ursachen der weiblichen Blasenschwäche sind vielfältig. Meist sind es ganz natürliche Veränderungen im weiblichen Blasen-Beckenboden-System, die das Entstehen einer Blasenschwäche begünstigen, u. a.: eine Erschlaffung der Beckenbodenmuskulatur, z. B. durch Schwangerschaft oder Geburt, hormonelle Veränderungen, z. B. in der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren, psychische Einflussfaktoren, z. B. Stress, Nervosität oder die Belastungen des Alltags.

Häufigste Symptome einer Blasenschwäche sind vermehrter, oft zwingender Harndrang bis hin zu ungewolltem Harnabgang.

#### Natürliche Wirkstoffe können helfen.

Zur ebenso schonenden wie wirksamen Behandlung der Blasenschwäche hat sich die Wirkstoffkombination aus FINK® Arzneikürbis, Hopfen und Gewürzsumach bewährt. Diese speziellen Arzneipflanzen wirken stärkend und kräftigend auf die Blasenfunktion im Blasen-Beckenboden-System.

FINK® Arzneikürbis – Die Samen des speziell gezüchteten FINK® Arzneikürbis enthalten die arzneilich wertvollen Inhaltsstoffe in besonderem Maße und in kontrollierter Zusammensetzung. So wird den enthaltenen Delta-7-Sterolen eine positive Wirkung auf den urologischen Stoffwechsel zugeschrieben und der Linolsäure eine Harmonisierung der Funktion von Blase und Verschlussmuskulatur.

Hopfen – Auch der Hopfen genießt in der Naturheilkunde eine hohe Wertschätzung. Die Wirkstoffe der Hopfenzapfen haben beruhigende und krampflösende Eigenschaften, von denen besonders die „nervöse“ Blase profitieren kann.

**Gewürzsumach** – Gewürzsumach wird in der Volksmedizin aufgrund seiner reizlindernden Eigenschaften speziell bei Blasenbeschwerden eingesetzt.

Eine sorgfältig aufeinander abgestimmte Wirkstoffkombination aus FINK® Arzneikürbis, Hopfen und Gewürzsumach kann sich spürbar auf die Funktionsfähigkeit der Blase auswirken: Der häufige Harndrang wird vermindert, Reizzustände der Blase werden gelindert, die nervöse Blase beruhigt, die Blasenfunktion wird gekräftigt.

#### Was Sie sonst noch für Ihre Blase tun können ...

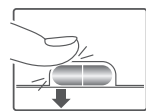
Beckenbodengymnastik zur Stärkung, Blasen-Training und ausreichend Flüssigkeit zuführen. Beim Auftreten von Krankheitszeichen, insbesondere bei Blut im Urin und akuter Harnverhaltung, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Weitere Informationen unter: [www.granufink.de](http://www.granufink.de)

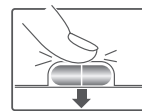
#### Worauf Sie achten sollten:

GRANU FINK® femina Kapseln sind Hartkapseln.

Bitte achten Sie daher darauf, die Kapseln mit leichtem Druck seitlich nach unten herauszudrücken (siehe Abbildung).



RICHTIG ✓



FALSCH ✗

#### COUPON

#### GRANU FINK® FEMINA

Möchten Sie gerne Informationen zum Thema Harndrang und Blase erhalten?

Ja, per Post regelmäßig (ca. 3–4-mal pro Jahr)

Ja, per Post einmalig

Datenschutzhinweis: Wir speichern Ihre freiwillig angegebenen persönlichen Daten nur, um Ihnen wie gewünscht einmalig oder regelmäßig Informationen zum Thema Harndrang und Blase bzw. GRANU FINK® zukommen lassen zu können. Wenn Sie diese künftig nicht mehr erhalten möchten, dann können Sie jederzeit bei uns der weiteren Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken widersprechen.

Bitte senden Sie diesen Coupon an:

Omega Pharma Deutschland GmbH, Benzstraße 25, 71083 Herrenberg

Herr  Frau

Name:\*

Vorname:\*

Straße, Hausnr.:\*

PLZ, Ort:\*

Geb.-Datum:

Die mit \* gekennzeichneten Felder sind Pflichtfelder





### Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen für Frauen ab 50 Jahren.

Centrum für Sie 50+ wurde an die Nährstoffbedürfnisse von Frauen angepasst und leistet einen wertvollen Beitrag an wichtigen Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, um die Ernährung von Frauen optimal zu ergänzen.

Besonders die Nährstoffe Calcium und Eisen spielen eine große Rolle bei der Erhaltung der Körperfunktionen von Frauen. Calcium ist wichtig für den Erhalt der Knochen. Eine ausreichende Eisenzufuhr ist notwendig für die Bildung roter Blutkörperchen.

Centrum für Sie 50+ enthält darüber hinaus weitere wichtige sorgfältig aufeinander abgestimmte Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Diese Nährstoffe unterstützen den Funktionsablauf unseres Körpers und sind wie Kohlenhydrate, Fette und Proteine (Eiweiße) Bestandteile unserer Lebensmittel, allerdings in sehr viel kleineren Mengen.

Diese Nährstoffe sind nicht durch andere Stoffe zu ersetzen und müssen deshalb dem Körper regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden. Ein erhöhter Bedarf kann immer wieder auftreten; zumeist sind mehrere Nährstoffe zugleich betroffen. Besonders gilt dies für Kinder, Jugendliche, ältere Menschen, Schwangere, Stillende und Sportler. Auch bei Erwachsenen, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, sich häufig von Fast Food ernähren, Diäten einhalten oder Schlankheitskuren machen, kann ein erhöhter Bedarf bestehen.

**Allgemein gilt:** Je unausgewogener die Nahrungsaufnahme ist, desto schwieriger ist es, genügend Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente aufzunehmen.

**Vitamine** sind unentbehrliche, chemisch sehr unterschiedliche Verbindungen. Sie dienen als Reglersubstanzen im gesamten Stoffwechselgeschehen. Sie sind notwendig für die Funktion von Nerven, Knochen, Zellen und Blutzellen. Vitamine sind in fast allen Lebensmitteln in

unterschiedlicher Menge enthalten, hauptsächlich jedoch in frischem Obst und Gemüse.

Zu den **Mineralstoffen** gehören Calcium, Phosphor, Magnesium, Natrium, Chlorid und Kalium. Insgesamt liegt der Bestand bei etwa 5 % des Körpergewichts. Sie erfüllen wichtige Aufgaben als Bau- und Reglerstoffe in den Knochen und im Bindegewebe. Außerdem wirken sie als Aktivatoren oder Bestandteile von Enzymen (= Proteine, die die Reaktionen im Körper beschleunigen), Hormonen und roten Blutkörperchen. Einige sind an der Aufrechterhaltung der Gewebespannung beteiligt oder sind für die Funktion der Nerven wichtig.

Die Gesamtmenge aller im Körper vorhandenen **Spurenelemente** ergibt nur etwa 10 g. Trotz der geringen Mengen (Spuren) sind die Spurenelemente Eisen, Jod, Zink, Mangan, Kupfer, Selen, Chrom und Molybdän lebensnotwendig.

	<b>Frauen Nährstoffformel</b> Angepasster Gehalt an Calcium und Eisen für Frauen.
	<b>Abwehrkräfte</b> Vitamin C, Zink und Selen unterstützen die Funktion des Immunsystems.
	<b>Knochen</b> Calcium, Magnesium und Vitamin D unterstützen den Erhalt der Knochen.
	<b>Nerven</b> Vitamin B1 und Vitamin B12 unterstützen das Nervensystem.
	<b>Energie</b> B-Vitamine, Kupfer und Mangan unterstützen den Energiestoffwechsel.

#### Wertvolle Tipps für Centrum für Sie 50+:

- Tabletten zur täglichen Ergänzung Ihrer Nahrung
- Sollten Sie 1x täglich einnehmen
- Gluten- und lactosefrei
- Mit Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen
- Leicht zu schlucken durch die Beschichtung
- Bei Bedarf in zwei Hälften zerteilen
- Bei Raumtemperatur trocken aufbewahren

#### Centrum – mit Sicherheit von guter Qualität

Centrum unterzieht sich regelmäßigen Qualitätskontrollen. Das Produkt und seine Inhaltsstoffe, aber auch der gesamte Herstellungsprozess werden streng überwacht. Der guten Centrum Qualität können Sie vertrauen!



Centrum gibt es ausschließlich beim Spezialisten – in Ihrer Apotheke.

#### Weitere Centrum Produkte

<p><b>Centrum</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung von A bis Zink für Erwachsene</p>		
<p><b>Centrum frisch &amp; fruchtig</b> Lutsch-Tabletten mit wichtigen Nährstoffen zur täglichen Nahrungsergänzung für die ganze Familie</p>	<p><b>Centrum Generation 50+</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für die Altersgruppe 50+</p>	
<p><b>Centrum für Sie</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Frauen</p>	<p><b>Centrum für Ihn</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Männer</p>	
<p><b>Centrum für Sie 50+</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Frauen ab 50 Jahren</p>	<p><b>Centrum für Ihn 50+</b> Wichtige Nährstoffe zur täglichen Nahrungsergänzung für Männer ab 50 Jahren</p>	

Weitere Informationen finden Sie auch auf der Internetseite:

[www.centrum-online.de](http://www.centrum-online.de)



Pfizer Consumer Healthcare GmbH  
Linkstraße 10 · 10785 Berlin