

**Gebrauchsinformation: Information für den Anwender**

# Cetebe®

## Vitamin C Retard 500

**Wirkstoff:**

1 Hartkapsel enthält  
500 mg Ascorbinsäure (Vitamin C)

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.**

**Dieses Arzneimittel ist ohne Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss Cetebe® Vitamin C Retard 500 jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.**

- 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 sich Ihre Symptome verschlimmern oder nach 14 Tagen keine Besserung eintritt, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

**Diese Packungsbeilage beinhaltet:**

1. Was ist Cetebe® Vitamin C Retard 500 und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 beachten?
3. Wie ist Cetebe® Vitamin C Retard 500 einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Cetebe® Vitamin C Retard 500 aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

**1. WAS IST CETEBE® VITAMIN C RETARD 500 UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?**

Cetebe® Vitamin C Retard 500 ist ein Arzneimittel zur  
- Vorbeugung von Vitamin-C-Mangel, wenn die ausreichende Zufuhr durch Ernährung nicht gesichert ist,  
- Behandlung von Vitamin-C-Mangel-Krankheiten.

**2. WAS MÜSSEN SIE VOR DER EINNAHME VON CETEBE® VITAMIN C RETARD 500 BEACHTEN?**

**Cetebe® Vitamin C Retard 500 darf nicht eingenommen werden:**  
Wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Ascorbinsäure (Vitamin C) oder einen der sonstigen Bestandteile von Cetebe® Vitamin C Retard 500 sind.

Bei Nierensteinen aus Oxalat und bestimmten Erkrankungen, bei denen zuviel Eisen im Körper gespeichert wird (Thalassämie, Hämochromatose, sideroblastische Anämie), dürfen Sie Cetebe® Vitamin C Retard 500 erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt einnehmen.

**Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 ist erforderlich:**

Bei Patienten mit der Neigung zu Nierensteinbildung besteht bei Einnahme hoher Dosen von Vitamin C (2000–3000 mg/Tag) die Gefahr der Bildung von Calciumoxalatsteinen. Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt. Bei nierengesunden Personen wird eine orale Dosis von bis zu 5000 mg/Tag für sicher gehalten. Bei der Einnahme hoher Dosen (>4000 mg/Tag) von Vitamin C wurden in Einzelfällen bei Patienten mit erythrozytärem Glucose-6-Phosphat-Dehydrogenase-Mangel (einer sehr seltenen Stoffwechselerkrankung) z.T. schwere Hämolyisen beobachtet. Eine Überschreitung der angegebenen Dosisempfehlung ist daher zu vermeiden. Befragen Sie bitte hierzu Ihren Arzt.

**Bei Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 mit anderen Arzneimitteln:**

Die Gabe von Cetebe® Vitamin C Retard 500 führt zu vermehrter Resorption von Eisen aus dem Gastrointestinaltrakt. Dies ist bei Eisensubstitution zu beachten.

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/anwenden bzw. vor kurzem eingenommen/angewendet haben, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

**Bei Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken:**

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

**Schwangerschaft und Stillzeit:**

Die angegebenen Anwendungsmengen sollen in Schwangerschaft und Stillzeit nicht überschritten werden.

**Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen:**

Es sind keine Beeinträchtigungen bekannt.

**Wichtige Informationen über bestimmte sonstige Bestandteile von Cetebe® Vitamin C Retard 500:**

Dieses Arzneimittel enthält Sucrose. Bitte nehmen Sie Cetebe® Vitamin C Retard 500 erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

**3. WIE IST CETEBE® VITAMIN C RETARD 500 EINZUNEHMEN?**

Nehmen Sie Cetebe® Vitamin C Retard 500 immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind. Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis: Bei Vitamin-C-Mangel erhalten Erwachsene 500-1000 mg Ascorbinsäure pro Tag bis zum Abklingen der Symptome. Dies entspricht 1-2 Hartkapseln Cetebe® Vitamin C Retard 500 pro Tag. Nehmen Sie die Hartkapseln bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein.

**Wenn Sie eine größere Menge Cetebe® Vitamin C Retard 500 eingenommen haben, als Sie sollten:**

Nach Einnahme zu hoher Arzneimengen kann Durchfall auftreten, begleitet von entsprechenden Magen-Darm-Beschwerden. Die Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 wird dann unterbrochen. Andere Maßnahmen sind im allgemeinen nicht notwendig.

Bei Schmerzen in der Nierengegend oder erschwertem Wasserlassen nach einer hohen Dosis von Cetebe® Vitamin C Retard 500 ist unverzüglich ein Arzt zu verständigen.

Zur Gefahr von Nierensteinen: siehe Abschnitt 2 („Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 ist erforderlich“).

**Wenn Sie die Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 vergessen haben:**

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

**Wenn Sie die Einnahme von Cetebe® Vitamin C Retard 500 abbrechen:**

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

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

**4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?**

Es sind keine Nebenwirkungen bekannt.

Informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind.

**5. WIE IST CETEBE® VITAMIN C RETARD 500 AUFZUBEWAHREN?**

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren. Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton nach „Verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

**Aufbewahrungsbedingungen:**

Nicht über 25 °C lagern.



## 6. WEITERE INFORMATIONEN

### Was Cetebe® Vitamin C Retard 500 enthält:

Der Wirkstoff ist  
500 mg Ascorbinsäure (Vitamin C)  
Die sonstigen Bestandteile sind:  
Sucrose, Maisstärke, Stearinsäure, Schellack, Talkum, Weinsäure (Ph. Eur.), Farbstoff Riboflavin (E 101), Natriumdodecylsulfat, Gelatine.

### Erhältliche Packungsgrößen:

Originalpackungen mit 30, 60, 120 und 180 Hartkapseln

### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG,  
D-77815 Bühl

### Sonstige Hinweise:

Frisches Obst und Gemüse haben einen bedarfsgerecht hohen Vitamin-C-Gehalt. Bei längerer Lagerung, insbesondere von Kartoffeln und Gemüse, kommt es jedoch zu unterschiedlich großen

Vitamin-C-Verlusten. Im allgemeinen wird bei uns in Mitteleuropa dieses Vitamin reichlich aufgenommen. Hauptsächlich ältere Menschen sind infolge veränderter Ernährungsgewohnheiten häufiger unzureichend versorgt. Säuglinge, die mit Kuhmilch ernährt werden, brauchen zusätzliche Vitamin-C-Zufuhr. Außer bei Fehl- und Mangelernährung kann ein Vitamin-C-Mangel bei schweren körperlichen Krankheitszuständen auftreten. Eine seltene, sehr schwere Form des Vitamin-C-Mangels ist der Skorbut, der mit Schwäche und Blutungen im ganzen Körper einhergeht und medikamentös mit Vitamin C behandelt wird.

### Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet:

07/2006



GlaxoSmithKline

924373/16 43/08

## Gesundheitsinformation

# Cetebe® Vitamin C Retard 500

Mit zunehmender Erforschung der Vitamine gewinnen Antioxidantien (sogenannte Radikalfänger) immer stärker an Bedeutung. Zu diesen zählt auch Vitamin C. Der Körper kann Vitamin C nicht selbst bilden, und so muss es über obst- und gemüsereiche Mahlzeiten aufgenommen werden.

Vitamin C übernimmt im Körper vielfältige Aufgaben und

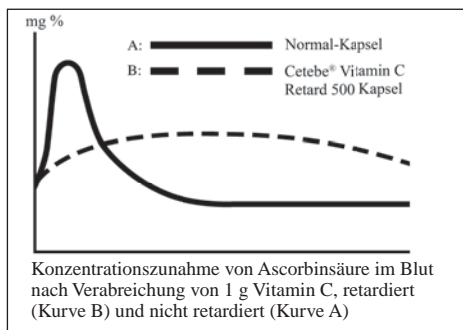
- fängt freie Radikale ab und schützt somit das Gewebe vor Schäden.
- stimuliert das Immunsystem.
- fördert die Kollagensynthese und sorgt damit für die nötige Straffheit von Geweben und Gefäßen.
- wird für die Bildung von Carnithin benötigt, das für die Fettverbrennung wichtig ist.
- ist an der Bildung von Neurotransmittern (Botenstoffen) beteiligt, die den Stoffwechsel positiv beeinflussen.
- spielt eine wichtige Rolle bei der Entgiftung von Medikamenten.

Nicht immer ist es möglich, den Vitamin-C-Bedarf zu decken. Auf eine ausreichende Vitamin-C-Zufuhr sollten vor allem folgende Personen achten:

- Raucher zur Entgiftung des Körpers
- Beruflich Angespannte und Sportler zum Ausgleich des oxidativen Stress
- Personen mit Reduktionsdiäten zur Deckung des Vitamin-C-Bedarfs
- Schwangere und Stillende, um sich und das Kind ausreichend mit Vitamin C zu versorgen
- Diabetiker zum Ausgleich des erhöhten oxidativen Stress
- Tumorkranke, um den Vitamin-C-Bedarf auszugleichen.

Cetebe® Vitamin C Retard 500 hat ein bisher wenig beachtetes Problem in der Vitamin-C-Versorgung gelöst: Vitamin C kann nicht über einen längeren Zeitraum hinweg gespeichert werden. Wird zu viel Vitamin C auf einmal aufgenommen, wird es einfach wieder über die Niere ausgeschieden. Deshalb enthält Cetebe® Vitamin C Retard 500 hochdosiertes Vitamin C in Form der bewährten Technologie Cetebe® ZEITPERLEN®. So wird eine langsame und gleichmäßige Freisetzung bewirkt.

Den ähnlich wie eine Zwiebel bestehen die Pellets in der Cetebe Kapsel® aus sich abwechselnden Schichten von Vitamin C und einem langsamer löslichen Lebensmittelüberzug. Die Pellets geben so Schicht für Schicht das Vitamin C an den Körper ab und sorgen über einen Zeitraum von 8 Stunden für einen ausreichend hohen Vitamin-C-Blutspiegel.



Die langsame Freigabe des Vitamin C bewirkt außerdem auch eine bessere Magen-Darm-Verträglichkeit.

Für Diabetiker geeignet (1 Kapsel = 0,004 BE, d.h. muss innerhalb der Diät nicht angerechnet werden).

## Cetebe® Vitamin C Retard 500 - hochdosiertes Vitamin C mit Langzeitwirkung.



Bitte mit Druckbuchstaben und schwarzem Kugelschreiber ausfüllen.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Geb.-Datum

(freiwillig auszufüllen)

Wenn Sie mehr über Vitamin C wissen wollen, fordern Sie unsere kostenlose Broschüre an.

Bitte senden Sie diesen Coupon an:  
GlaxoSmithKline  
Consumer Healthcare  
GmbH & Co. KG  
D-51167 Köln

