

**Gebrauchsinformation: Information für den Anwender**

# Colchicum-Dispert®

**Überzogene Tabletten****Wirkstoff: Herbstzeitlosensamen-Trockenextrakt**

Liebe Patientin, lieber Patient!

**Lesen Sie bitte die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.**

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.
- Dieses Arzneimittel wurde Ihnen persönlich verschrieben. Geben Sie es bitte nicht an Dritte weiter. Es kann anderen Menschen schaden, auch wenn diese dieselben Symptome haben wie Sie.
- 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 Colchicum-Dispert und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Anwendung von Colchicum-Dispert beachten?
3. Wie ist Colchicum-Dispert anzuwenden?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Colchicum-Dispert aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

**1. WAS IST COLCHICUM-DISPERT UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?**

Colchicum-Dispert ist ein pflanzliches Gichtmittel. Es wird angewendet beim akuten Gichtanfall.

**2. WAS MÜSSEN SIE VOR DER EINNAHME VON COLCHICUM-DISPERT BEACHTEN?****Wann dürfen Sie Colchicum-Dispert nicht anwenden?**

Bei eingeschränkter Nierenfunktion, Blutbildveränderungen (z.B. Anämie, d.h. Blutarmut), bekannten Magen-Darm-Erkrankungen, bekannter Überempfindlichkeit gegen Colchicin, eingeschränkter Herz-Kreislauf-Funktion, schlechtem Allgemeinzustand (Polymorbidität), Lebererkrankungen. Colchicum-Dispert darf auch nicht eingenommen werden bei Anwendung von sog. CYP3A4-Hemmern (z. B. Clarithromycin, Erythromycin, Telithromycin, Fluconazol, Itraconazol, Ketoconazol, Indianavir, Nelfinavir, Ritonavir, Saquinavir, Aprepitant, Verapamil, Grapefruit-Saft), da das Risiko für das Auftreten von Nebenwirkungen von Colchicin erhöht sein kann. Colchysat(r) Bürger darf ebenso nicht eingenommen werden bei Anwendung von Cyclosporin oder ähnlich wirkenden Stoffen (Arzneistoffe, die die Immunreaktion unterdrücken oder abschwächen), da das Risiko für das Auftreten von Nebenwirkungen von Cyclosporin und Colchicin erhöht sein kann.

**Wann dürfen Sie Colchicum-Dispert erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt anwenden?**

Im folgenden wird beschrieben, auch wenn Sie Colchicum-Dispert nur unter bestimmten Bedingungen und nur mit besonderer Vorsicht anwenden dürfen. Befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt. Dies gilt auch, wenn diese Angaben bei Ihnen früher einmal zutrafen.

**Besondere Hinweise zu Empfängnisverhütung, Schwangerschaft und Stillzeit siehe Abschnitt „Was müssen Sie in der Schwangerschaft und Stillzeit beachten?“** Diese Hinweise sind auch von Männern, die mit Colchicum-Dispert behandelt werden, zu beachten.

Colchicum-Dispert darf nicht eingenommen werden, wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegenüber Colchicin oder einem der sonstigen Bestandteile von Colchicum-Dispert sind.

Soll Colchicum-Dispert bei alten und geschwächten Patienten eingesetzt werden, ist besondere Vorsicht geboten. Dasselbe gilt auch, wenn bei Ihnen eine Nieren- oder Herz-Kreislauf-Erkrankung bekannt ist. Bei eingeschränkter Nierenfunktion (Niereninsuffizienz) erhöht sich das Risiko unerwünschter Arzneimittelwirkungen (Toxizität) durch Colchicum-Dispert.

In all diesen Fällen bedarf es einer besonders gründlichen, ärztlichen Voruntersuchung und Überwachung während der Therapie.

Bevor Colchicum-Dispert bei einer Frau im gebärfähigen Alter zur Anwendung kommt, muss eine Schwangerschaft sicher ausgeschlossen worden sein. Während der Behandlung und für 3 Monate nach Beendigung der Colchicum-Dispert-Einnahme muss eine zuverlässige Empfängnisverhütung gewährleistet sein.

Fragen Sie Ihren Arzt, welche Methode zur Empfängnisverhütung die für Sie geeignete ist.

**Was müssen Sie in der Schwangerschaft und Stillzeit beachten?**

In der Schwangerschaft und Stillzeit darf Colchicum-Dispert ebenfalls nicht eingenommen werden. Während einer Therapie mit Colchicum-Dispert ist für eine sichere Empfängnisverhütung zu sorgen. Diese Empfängnisverhütung sollte noch 3 Monate nach Beendigung der Behandlung mit Colchicum-Dispert betrieben werden.

Da Spermien geschädigt werden können, sollten Männer, die mit Colchicum-Dispert behandelt werden, bis zu 6 Monate danach keine Kinder zeugen.

Sollte dennoch eine Schwangerschaft eintreten, ist die Möglichkeit einer genetischen Beratung zu nutzen.

**Was ist bei Kindern und älteren Menschen zu berücksichtigen?**

Colchicum-Dispert darf bei Kindern und Jugendlichen nicht angewendet werden. Bei alten und geschwächten Patienten ist besondere Vorsicht beim Einsatz von Colchicum-Dispert geboten, da das Risiko für das Auftreten von Nebenwirkungen erhöht ist. Diese Patienten müssen während der Therapie besonders intensiv ärztlich überwacht werden.

**Welche anderen Arzneimittel beeinflussen die Wirkung von Colchicum-Dispert?**

Bei Patienten mit eingeschränkter Nierenfunktion (Niereninsuffizienz) ist bei gleichzeitiger längerfristiger Einnahme von Colchicum-Dispert mit einem HMG-CoA-Reduktasehemmer (Arzneimittel zur Behandlung von Fettstoffwechselstörungen) über das Auftreten von Muskelschwäche berichtet worden.

Vorsicht geboten ist auch bei gleichzeitiger Einnahme anderer Arzneimittel, die über den gleichen Stoffwechselweg (CYP 3A4) verstoffwechselt werden, sowie bei Ciclosporin A oder ähnlich wirkenden Stoffen (Arzneistoffe, welche die Immunreaktion abschwächen), da Nebenwirkungen, insbesondere Muskelschwäche, vermehrt and in stärkerer Form auftreten können. Das Risiko für Muskelschwäche ist auch bei gleichzeitiger Anwendung von Glucocorticoiden erhöht. Colchicum-Dispert darf nicht eingenommen werden bei Anwendung von sog. CYP3A4-Hemmern (z. B. Clarithromycin, Erythromycin, Telithromycin, Fluconazol, Itraconazol, Ketoconazol, Indianavir, Nelfinavir, Ritonavir, Saquinavir, Aprepitant, Verapamil, Grapefruit-Saft). Bei gleichzeitiger Anwendung des Antibiotikums Clarithromycin mit Colchicin-haltigen Arzneimitteln wurden Todesfälle beschrieben. Vorsicht ist geboten bei gleichzeitiger Einnahme von Interferon-alpha oder bei gleichzeitiger Einnahme von Arzneimitteln, die zu Schädigungen der Skelettmuskulatur (Rhabdomyolysen) führen können. Es ist wichtig, dass Sie Ihren Arzt über alle Präparate informieren, die Sie gleichzeitig einnehmen, auch über nicht ärztlich verordnete pflanzliche Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel.

Colchicum-Dispert kann zusammen mit Allopurinol und Urikosurika, also Arzneien zur Senkung des Harnsäurespiegels, eingenommen werden.

**Welche Genussmittel, Speisen und Getränke sollten Sie meiden?**

Während der Behandlung mit Colchicum-Dispert sollten Sie keinen Alkohol zu sich nehmen, da dieser Ihre Fähigkeit, aktiv am Straßenverkehr teilzunehmen sowie Maschinen zu bedienen, weiter einschränkt.

Zu weiteren diätetischen Maßnahmen siehe unter (Allgemein Wissenwertes) am Ende dieser Gebrauchsinformation.

**Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweise****a) Welche Vorsichtsmaßnahmen müssen beachtet werden?**

Während der Behandlung eines akuten Gichtanfalls mit Colchicum-Dispert bedarf es einer engmaschigen und eingehenden ärztlichen Kontrolle, insbesondere des Blutbildes, der Leber-, Nieren- und Herz-Kreislauf-Funktion; dies gilt in besonderem Maße für ältere und geschwächte Patienten sowie für Patienten mit Vorerkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, der Nieren und des Magen-Darm-Traktes. Bei Patienten mit eingeschränkter Nierenfunktion ist das Risiko für Muskelschwäche (Myopathie) erhöht.

Dieses Arzneimittel enthält Lactose-Monohydrat and Sucrose. Bitte nehmen Sie Colchicum-Dispert erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Vorsicht ist geboten bei gleichzeitiger Einnahme von Interferon-alpha, da die Wirksamkeit von Interferon-alpha vermindert sein kann. Bei gleichzeitiger Einnahme von Arzneimitteln, die zu Schädigungen der Skelettmuskulatur (Rhabdomyolysen) führen können (insbesondere Fibraten und HMG-CoA-Reduktase-Hemmer), kann das Risiko für Muskulatschädigungen erhöht sein. Es ist daher wichtig, dass Sie Ihren Arzt über alle Präparate informieren, die Sie gleichzeitig einnehmen.

Dieses Arzneimittel enthält die Farbstoffe E 123 und E 124, die bei Personen, die gegen diese Stoffe besonders empfindlich sind, allergische Reaktionen, einschließlich Asthma, hervorrufen können. Die Allergie tritt häufiger bei Personen auf, die gegen Acetylsalicylsäure empfindlich sind.

**b) Was müssen Sie im Straßenverkehr sowie bei der Arbeit mit Maschinen und bei Arbeiten ohne sicheren Halt beachten?**

Nach Einnahme von Colchicum-Dispert ist die Fähigkeit zur aktiven Teilnahme am Straßenverkehr sowie zur Bedienung von Maschinen eingeschränkt. Sie können dann auf unerwartete und plötzliche Ereignisse nicht mehr schnell und gezielt genug reagieren. Fahren Sie nicht Auto oder andere Fahrzeuge! Bedienen Sie keine elektrischen Werkzeuge und Maschinen! Arbeiten Sie nicht ohne sicheren Halt! Beachten Sie besonders, dass Alkohol Ihre Verkehrstüchtigkeit und Reaktionsfähigkeit noch weiter verschlechtert.

**3. WIE IST COLCHICUM-DISPERT EINZUNEHMEN?**

Nehmen Sie Colchicum-Dispert immer genau nach Anweisung des Arztes ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

**Art der Anwendung**

Zum Einnehmen

**Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis für Erwachsene:**

Im akuten Gichtanfall nehmen Sie 2 überzogene Tabletten (1 mg Colchicin) ein, gefolgt von 1-3 überzogenen Tabletten (0,5-1,5 mg Colchicin) alle 1-2 Stunden bis zum Abklingen der Schmerzen. Jedoch soll die 24-Stunden-Tagesdosis insgesamt 16 überzogene Tabletten (8 mg Colchicin) nicht überschreiten.

Während eines akuten Gichtanfalls dürfen nicht mehr als 24 überzogene Tabletten Colchicum-Dispert (12 mg Colchicin) eingenommen werden (erlaubte Gesamtdosis an Colchicin pro Anfall)!

**Wie und wann sollten Sie Colchicum-Dispert einnehmen?**

Schlucken Sie die Colchicum-Dispert, überzogene Tabletten, bitte unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit (z.B. einem Glas Wasser).

Die Wiederholung der Behandlung des akuten Gichtanfalls mit Colchicum-Dispert innerhalb von 3 Tagen ist nicht gestattet.

#### Wie lange sollten Sie Colchicum-Dispert einnehmen?

Sie sollten Colchicum-Dispert bis zum Abklingen der Schmerzen einnehmen. Es darf dabei jedoch die Höchstdosis von 16 überzogenen Tabletten (8 mg Colchicin) innerhalb von 24 Stunden nicht überschritten werden. Ebenso darf die Gesamtdosis von 24 überzogenen Tabletten (12 mg Colchicin) pro Gichtanfall nicht überschritten werden.

#### Wenn Sie eine größere Menge von Colchicum-Dispert eingenommen haben als Sie sollten:

Da die Colchicinvergiftung schwerwiegende Folgen haben kann, ist umgehend der behandelnde Arzt oder ein Notarzt zu informieren, die dann die weiteren Schritte einleiten.

Akute Vergiftungen werden nach Einnahme von ca. 40 überzogenen Tabletten Colchicum-Dispert (20 mg Colchicin) beim Erwachsenen und ca. 10 überzogenen Tabletten Colchicum-Dispert (5 mg Colchicin) beim Kind beobachtet.

Chronische Vergiftungen können bei Gichtpatienten nach wiederholter Einnahme von Colchicum-Dispert innerhalb von wenigen Tagen bei Überschreiten der zulässigen Gesamtdosis auftreten.

Bei mäßiger Überdosierung sind folgende Symptome zu erwarten:

2 bis 5 (bis 6,5) Stunden nach der Einnahme treten Brennen und Kratzen in Mund und Rachen, Würgen und Schluckbeschwerden, Durst, Übelkeit und Erbrechen auf. Es folgen andauernder, schmerzhafter Harn- und Stuhldrang (Tenesmen) sowie anfallsweise auftretende, krampfartige Schmerzen (Koliken) mit meist eingezogenem Unterleib.

Aufgrund einer schweren, lang andauernden Entzündung im Dünndarm kommt es meist zum Auftreten schleimig, wässriger oder auch blutiger Durchfälle, die zu Salzverlusten mit Ausbildung eines Mangels an Kalium (Hypokaliämie) und Natrium (Hyponatriämie sowie einer Übersäuerung im Stoffwechsel (metabolische Azidose) führen.

Eine häufige Begleiterscheinung der Vergiftung mit Colchicin ist die Präkordialangst, das ist eine mit Angstgefühl verbundene Beklemmung in dem vor dem Herzen liegenden Brustbereich, die auch mit Schmerzen einhergehen kann. Im weiteren Verlauf der Vergiftung treten Blässe, Temperaturabfall, eine bläuliche Verfärbung der Haut und Schleimhäute bei vermindertem Sauerstoffgehalt des Blutes (Zyanose) und Atemnot (Dyspnoe) auf.

Weiterhin sind Herzrasen (Tachykardie) sowie ein Blutdruckabfall bis hin zum Kollaps möglich.

Seitens des Nervensystems zeigen sich die Vergiftungssymptome in Störungen der Aufnahme von Gefühls- und Sinnesreizen (Sensibilitätsstörungen), Krämpfen und Lähmungserscheinungen. Zudem muss mit einem Ansteigen des Gehirnwasserdruckes (Liquordruckes) gerechnet werden.

Bei Überdosierung bzw. längerfristiger Einnahme von Colchicum-haltigen Arzneimitteln traten in mehreren Fällen ausgeprägte Schädigungen der Skelettmuskulatur (Rhabdomyolysen) auf, möglicherweise infolge einer Wechselwirkung mit anderen Medikamenten.

Ferner traten mehrfach Darm lähmungen (paralytischer Ileus) auf.

Durch Atemlähmung oder Herzversagen kann nach 2-3 Tagen der Tod eintreten.

#### Wenn Sie zu wenig Colchicum-Dispert eingenommen oder eine Dosis vergessen haben, nehmen Sie beim nächsten Mal nicht etwa die doppelte Menge ein, sondern fahren Sie mit der Einnahme, wie von Ihrem Arzt verordnet oder in der Dosierungsanleitung beschrieben, fort.

Haben Sie zu wenig Colchicum-Dispert eingenommen, kann sich die Zeit bis zum Wirkungseintritt verlängern. Der Behandlungserfolg kann in diesem Fall aber auch ganz ausbleiben.

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

#### Wenn Sie die Behandlung unterbrechen oder vorzeitig beenden?

Unterbrechen Sie die Behandlung mit Colchicum-Dispert oder beenden Sie die Anwendung vorzeitig, müssen Sie damit rechnen, dass sich die gewünschte Wirkung nicht einstellt. Ebenfalls kann sich das Krankheitsbild wieder verschlechtern. Nehmen Sie deshalb bitte Rücksprache mit Ihrem Arzt, wenn Sie die Behandlung eigenständig beenden oder unterbrechen wollen.

4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?

Wie alle Arzneimittel kann Colchicum-Dispert Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

Sehr häufig:	Mehr als 1 von 10 Behandelten
Häufig:	Weniger als 1 von 10, aber mehr als 1 von 100 Behandelten
Gelegentlich:	Weniger als 1 von 100, aber mehr als 1 von 1000 Behandelten
Selten:	Weniger als 1 von 1000, aber mehr als 1 von 10.000 Behandelten
Sehr selten:	Weniger als 1 von 10.000 Behandelten einschließlich Einzelfälle

Häufig kommt es zu Störungen im Bereich des Magen-Darm-Traktes mit Durchfällen, Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen und Bauchkrämpfen. Ebenfalls werden häufig Symptome seitens des Nerven- und Muskelsystems wie Übelkeit und Benommenheit sowie Nerven- und Muskelschwäche beobachtet, insbesondere bei langfristiger Anwendung von Colchicum-Dispert.

Gelegentlich kann es zu Störungen der Blutbildung mit Verminderung der weißen Blutzellen (Leukopenie), der Blutplättchen (Thrombopenie) sowie auch der roten Blutkörperchen (aplastische Anämie) kommen. Ebenso ist eine Blutarmut durch Auflösung der roten Blutkörperchen mit Austritt des roten Blutfarbstoffes infolge der Einwirkung des Colchicins möglich (hämolytische Anämie).

Außerdem treten gelegentlich Nierenschäden, Hautbeschwerden wie Juckreiz, Hautbrennen und Hautblutungen, Haarausfall sowie Störungen des Nagelwachstums auf. Allergische Reaktionen nach Einnahme von Colchicum-Dispert sind gleichfalls nicht auszuschließen.

In sehr seltenen Fällen kann es bei der Kombination von Colchicum-Dispert mit dem harnsäuresenkenden Mittel Allopurinol zu schweren Haut- und Schleimhautentzündungen (Stevens-Johnson-Syndrom) kommen. Auch Muskulaturschädigungen (Rhabdomyolyse) und eine Erhöhung der Leberenzyme wurden nach der Einnahme von Colchicin-haltigen Arzneimitteln beobachtet.

Bei gleichzeitiger Einnahme von Colchicum-Dispert und Ciclosporin A oder ähnlich wirkender Stoffe (Arzneistoffe, die die Immunreaktion unterdrücken oder abschwächen) können Muskelerkrankungen (Myopathien) auftreten. Diese verschwinden nach Verringerung der Dosis oder Absetzen eines der beiden Medikamente.

Amaranth (E 123) und Cochenillerot A (E 124) können allergische Reaktionen hervorrufen.

**Wenn Sie Nebenwirkungen beobachten, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind, teilen Sie diese bitte Ihrem Arzt oder Apotheker mit.**

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

Treten bei Ihnen nach Einnahme von Colchicum-Dispert unerwünschte Arzneimittelwirkungen auf, so informieren Sie bitte Ihren behandelnden Arzt, der auch darüber entscheidet, ob gegebenenfalls eine Unterbrechung oder eine Beendigung der Therapie mit Colchicum-Dispert erforderlich ist.

Spezielle Maßnahmen zu Abschwächung oder Beseitigung der Nebenwirkungen sind jedoch nicht bekannt. Im Regelfall klingen die unerwünschten Begleitwirkungen bald nach Beendigung der Behandlung mit Colchicum-Dispert ab.

#### 5. WIE IST COLCHICUM-DISPERT AUFZUBEWAHREN?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Das Verfallsdatum ist auf der Packung aufgedruckt. Nach Ablauf dieses Datums sollen Colchicum-Dispert, überzogene Tabletten, nicht mehr eingenommen werden!

#### Besondere Vorsichtsmaßnahmen für die Beseitigung von nicht verwendeten Arzneimitteln:

Nicht verwendete Colchicum-Dispert, überzogene Tabletten, dürfen nicht mit dem Hausmüll oder über die Kanalisation entsorgt werden, sondern sollten der Apotheke zurückgegeben und durch diese beseitigt werden.

#### 6. WEITERE ANGABEN

**Was Colchicum-Dispert enthält:**  
Der Wirkstoff ist Herbstzeitlosensamen-Trockenextrakt.

1 überzogene Tablette enthält:  
Herbstzeitlosensamen-Trockenextrakt (50-150:1), eingestellt auf 0,5 mg Gesamtalkaloide, berechnet als Colchicin; Auszugsmittel: Dichlormethan.

Sonstige Bestandteile: Arabisches Gummi, Carmellose-Natrium, Carnaubawachs, Copovidon, Gebleichtes Wachs, Lactose-Monohydrat, Leichtes Magnesiumoxid, Macrogol 6000, Magnesiumstearat, Maisstärke, Mikrokristalline Cellulose, Natriumsulfat, Povidon K25, Sucrose (Saccharose), Schellack, Stearinpalmitsäure, Talkum, Farbstoffe E 123, E 124, E 171.

**Wie Colchicum-Dispert aussieht und Inhalt der Packung**  
Überzogene Tablette in roter Farbe und runder, bikonvexer Form.

Colchicum-Dispert ist erhältlich in Blisterpackungen mit 20 (N1) und 50 (N2) überzogenen Tabletten

**Pharmazeutischer Unternehmer / Hersteller**  
Pharmazeutischer Unternehmer  
Johannes Bürger Ysatisfabrik GmbH  
Herzog-Julius-Str. 83  
D-38667 Bad Harzburg  
Tel.: 05322 / 44 44  
Fax: 05322 / 78 02 29

Hersteller  
Haupt Pharma Wülfig GmbH  
Bethelner Landstraße 18  
D-31028 Gronau / Leine

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im:** Oktober 2008

#### Allgemein Wissenswertes

##### Was können Sie sonst noch für Ihre Gesundheit tun?

Sorgen Sie für ausreichend Bewegung, vermeiden Sie aber große Anstrengungen, die Sie nicht gewohnt sind. Falls sie Übergewicht haben, sollten Sie unbedingt Ihr Normalgewicht anstreben, da Übergewicht infolge Überernährung zu erhöhten Harnsäurekonzentrationen im Blut (Hyperurikämie) führen und auch andere Stoffwechselstörungen begünstigen kann. Achten Sie dazu auf eine maßvolle, ausgewogene Ernährung.

Bevorzugen Sie eine gemischte, abwechslungsreiche Kost. Die in den Nahrungsmitteln enthaltenen Purine baut der menschliche Körper zu Harnsäure ab. Daher sind Nahrungsmittel mit hohem Puringehalt, wie z.B. Innereien, Ölsardinen, Sardellen, Sprotten, Heringe, Fleischextrakte und andere zu meiden. Ihr Arzt berät Sie hierbei gern. Abzuraten ist unbedingt von Alkohol, da durch ihn Gichtanfälle ausgelöst werden können.