



# GRANUFINK<sup>®</sup>

femina

## GEBRAUCHSINFORMATION

### Liebe Patientin!

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsinformation aufmerksam, weil sie wichtige Informationen darüber enthält, was Sie bei der Anwendung dieses Arzneimittels beachten sollen. Wenden Sie sich bei Fragen bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

### GRANUFINK Femina

#### Zusammensetzung

1 Weichkapsel enthält:  
 arzneilich wirksame Bestandteile:  
 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

#### Sonstige Bestandteile:

$\alpha$ -Tocopherolacetat, Phospholipide aus Sojabohnen, partiell hydriertes Sojabohnenöl, gelbes Wachs, Gelatine, Glycerol, gereinigtes Wasser, Glucosesirup, Maltodextrin, Eisen(II)oxid E 172.

Aufgrund des Gehaltes an Sojaöl kann dieses Arzneimittel in seltenen Fällen schwere allergische Reaktionen auslösen.

Eine Weichkapsel enthält Kohlenhydrate, entsprechend weniger als 0,01 BE.

#### Inhalt und Darreichungsform

Originalpackungen mit 30, 60, 120 Kapseln

#### Traditionelles pflanzliches Arzneimittel

#### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller

Pharmazeutischer Unternehmer:  
 GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG,  
 D-77815 Bühl  
 Hersteller:  
 GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG,  
 D-71083 Herrenberg

#### Anwendungsgebiete

Traditionell angewendet zur Stärkung oder Kräftigung der Blasenfunktion. Diese Angabe beruht ausschließlich auf Überlieferung und langjähriger Erfahrung. Beim Auftreten von Krankheitszeichen, insbesondere bei Blut im Urin und akuter Harnverhaltung, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

#### Gegenanzeigen

GRANUFINK Femina darf bei bekannter Überempfindlichkeit gegen einen der wirksamen oder gegen einen der sonstigen Bestandteile nicht angewendet werden.

#### Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweise

Zur Anwendung des Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. GRANUFINK Femina soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Wegen fehlender Untersuchungen sollte GRANUFINK Femina nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit angewendet werden.

#### Wechselwirkungen mit anderen Mitteln

Keine bekannt.

#### Dosierungsanleitung und Art der Anwendung

Die folgenden Angaben gelten, soweit Ihnen Ihr Arzt GRANUFINK Femina nicht anders verordnet hat. Bitte halten Sie sich an die Anwendungsvorschriften, da GRANUFINK Femina sonst nicht richtig wirken kann!

Wieviel und wie oft sollten Sie GRANUFINK Femina einnehmen?  
 Erwachsene nehmen 3-mal täglich 1 Kapsel ein.

Wie und wann sollten Sie GRANUFINK Femina einnehmen?  
 GRANUFINK Femina Kapseln werden am besten vor den Mahlzeiten mit etwas Flüssigkeit eingenommen.

#### Anwendungsfehler und Überdosierung

Was ist zu tun, wenn GRANUFINK Femina in zu großen Mengen angewendet wurde?  
 Vergiftungserscheinungen durch das Präparat GRANUFINK Femina sind bisher nicht bekannt geworden.

#### Nebenwirkungen

Welche Nebenwirkungen können bei Anwendung von GRANUFINK Femina auftreten?

Bei Personen mit bekannter Hopfenpollenallergie sind allergische Reaktionen möglich. Wenden Sie bitte GRANUFINK Femina nicht weiter an, wenn allergische Reaktionen auftreten. Gegebenfalls sollten Sie einen Arzt aufsuchen. Wenn Sie Nebenwirkungen beobachten, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind, teilen Sie diese bitte Ihrem Arzt oder Apotheker mit.

#### Hinweise und Angaben zur Haltbarkeit des Arzneimittels

Nach Ablauf des auf der Verpackung angegebenen Verfalldatums soll dieses Arzneimittel nicht mehr angewendet werden.

#### Nicht über 25°C aufbewahren!

#### Stand der Information

Februar 2003

#### Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren!



GlaxoSmithKline

923140/12-2 17/04



Herrenberg, 165 x 210 mm, 1/1 fbg. Schwarz,

Laetus: <sup>44</sup> 



## Gesundheitsinformation

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

Die Ursachen der weiblichen Blasenschwäche sind durchaus 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 haben sich die Heilkräfte der Natur besonders bewährt. Vor allem Arzneikürbis, Hopfen und Gewürzsumach können einen positiven Einfluss auf das Blasen-Beckenboden-System ausüben.

#### Arzneikürbis

Die Samen des speziell gezüchteten Arzneikürbis und das daraus gewonnene Öl sind besonders reich an wertvollen Inhaltsstoffen wie z.B. Vitamin E oder Linolsäure. Diese Inhaltsstoffe haben eine blasenkräftigende Wirkung und fördern das Zusammenspiel der einzelnen Blasenmuskeln.

#### 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 kommt hauptsächlich an der Atlantikküste Nordamerikas vor und wird in der Volksmedizin aufgrund seiner reizlindernden Eigenschaften speziell bei Blasenbeschwerden eingesetzt.

Eine sorgfältig aufeinander abgestimmte Wirkstoffkombination aus Arzneikürbis, Hopfen und Gewürzsumach kann sich besonders günstig 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 ...

- Bleiben Sie gelassen: Versuchen Sie auch bei psychischer Belastung Ruhe zu bewahren.
- Erziehen Sie Ihre Blase zur Pünktlichkeit: Der Harndrang lässt sich besser steuern, wenn Sie Ihre Blase an einen festen Toilettenrhythmus gewöhnen.
- Stärken Sie Ihren Beckenboden: Mit spezieller Gymnastik können Sie die Beckenbodenmuskulatur gezielt trainieren und kräftigen.
- Ziehen Sie sich warm an: Eine empfindliche Blase verträgt keine Kälte.
- Trinken Sie viel: Mit 1,5 bis 2 Litern Flüssigkeit am Tag können Sie Infektionen vorbeugen.
- Ernähren Sie sich richtig: Vitamin- und ballaststoffreiche Kost sorgt für regelmäßigen Stuhlgang und entlastet so die Blase.
- Genießen Sie in Maßen: Vermeiden Sie zuviel Alkohol, kalte Getränke und scharfe Speisen.
- Seien Sie wachsam: Beim Auftreten von Krankheitszeichen, insbesondere bei Blut im Urin und akuter Harnverhaltung, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

#### COUPON:

Möchten Sie mehr über Blasenschwäche bei Frauen wissen? Dann fordern Sie einfach weiteres Informationsmaterial an. Bitte senden Sie diesen Coupon an: GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG, D-51167 Köln

Name, Vorname	<input type="text"/>
Straße, Hausnr.	<input type="text"/>
PLZ	<input type="text"/> Ort <input type="text"/>
Geb.-Datum	<input type="text"/>

