

# Rheuma-Hek® 268 mg

Hartkapseln

Wirkstoff: Brennnesselblätter-Trockenextrakt

**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 ein.

- 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 keine Besserung eintritt oder sich Ihre Symptome verschlimmern, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- 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.

## Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Rheuma-Hek und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme beachten?
  - 2.1 Nicht einnehmen
  - 2.2 Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen
  - 2.3 Wechselwirkungen
  - 2.4 Hinweis zu sonstigen Bestandteilen
3. Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Rheuma-Hek aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

### 1. Was ist Rheuma-Hek und wofür wird es angewendet?

#### Was ist Rheuma-Hek?

Rheuma-Hek ist ein pflanzliches Arzneimittel bei Muskel- oder Gelenkschmerzen.

#### Wofür wird es angewendet?

Rheuma-Hek wird zur unterstützenden Behandlung rheumatischer Beschwerden angewendet.

### 2. Was sollten Sie vor der Einnahme beachten?

#### 2.1 Nicht einnehmen

#### Sie dürfen Rheuma-Hek nicht einnehmen,

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Brennnessel oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.
- wenn Sie Erkrankungen haben, bei denen auf eine reduzierte Flüssigkeitsaufnahme geachtet werden muss (z. B. schwere Herz- oder Nierenerkrankungen).

#### 2.2 Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

#### Wann ist besondere Vorsicht bei der Einnahme erforderlich?

- Sie sollten einen Arzt aufsuchen, wenn Sie akute rheumatische Beschwerden haben. Vor allem, wenn Ihre Gelenke gerötet, geschwollen oder besonders warm sind. Gehen Sie bitte auch zum Arzt, wenn Sie andauernde Beschwerden haben.
- Wenn Sie an der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) leiden, sollten Sie vor der Einnahme von Rheuma-Hek einen Arzt befragen.
- Bei gleichzeitiger Anwendung von Rheuma-Hek kann die Wirksamkeit von Vitamin-K-Antagonisten abgeschwächt sein. Das sind blutgerinnungshemmende Mittel vom Cumarin-Typ (Phenprocoumon: Handelsname z. B. Marcumar®, Marcuphen®, Falithrom® oder Warfarin: Handelsname Coumadin®). Deshalb kann es notwendig sein, dass die Dosierung dieser Arzneimittel angepasst werden muss. Wenn Sie Rheuma-Hek und gleichzeitig eines der hier aufgeführten blutgerinnungshemmenden Arzneimittel einnehmen, sollten Sie den Rat Ihres behandelnden Arztes einholen (siehe auch Abschnitt 2.3 Wechselwirkungen).

#### Was ist bei Kindern zu beachten?

Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern unter 12 Jahren liegen keine ausreichenden Erkenntnisse vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden.

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

Brennnesselkraut wird auch als Lebensmittel genutzt. Daraus haben sich bisher keine Anhaltspunkte für Risiken in Schwangerschaft und Stillzeit ergeben. Da aber keine ausreichenden Untersuchungen zur Anwendung dieses Arzneimittels in Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, wird die Anwendung von Rheuma-Hek in Schwangerschaft und Stillzeit nicht empfohlen.

Fragen Sie vor der Einnahme oder Anwendung von allen Arzneimitteln Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

### Auswirkungen auf die Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

### 2.3 Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln

Arzneimittel können sich gegenseitig beeinflussen, so dass ihre Wirkung dann stärker oder schwächer ist als gewöhnlich. Bitte informieren Sie deshalb Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, kürzlich andere Arzneimittel angewendet haben oder beabsichtigen, andere Arzneimittel anzuwenden.

### Was ist zu beachten, wenn Sie gleichzeitig andere Arzneimittel einnehmen?

- Antidiabetika (Blutzucker senkende Arzneimittel): Eine Wechselwirkung mit Antidiabetika kann nicht ausgeschlossen werden.
- Blutgerinnungshemmende Arzneimittel (Antikoagulantien, z. B. Vitamin-K-Antagonisten): Rheuma-Hek enthält in geringen Mengen Vitamin K. Falls Sie gleichzeitig mit einem Vitamin-K-Antagonisten (Phenprocoumon: Handelsnamen z. B. Marcumar®, Marcuphen®, Falithrom® oder Warfarin: Handelsname Coumadin®) zur Beeinflussung der Blutgerinnung behandelt werden, kann es zur Abschwächung der Wirksamkeit dieser Arzneimittel kommen. Daher ist während der Einnahme und bis zu 2 Wochen nach Absetzen von Rheuma-Hek eine wiederholte Kontrolle von Parametern der Blutgerinnung (INR, Quick-Wert) notwendig.

### 2.4 Hinweis zu sonstigen Bestandteilen

Rheuma-Hek enthält Natrium.

Dieses Arzneimittel enthält weniger als 1 mmol (23 mg) Natrium pro Kapsel, d. h., es ist nahezu „natriumfrei“.

### 3. Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach der mit Ihrem Arzt oder Apotheker getroffenen Absprache ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

#### Wie viel von Rheuma-Hek sollten Sie einnehmen und wie oft?

Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis für Erwachsene und Heranwachsende ab 12 Jahren:

#### 2-mal täglich 2 Hartkapseln

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Rheuma-Hek zu stark oder zu schwach ist.

#### Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?

Nehmen Sie die Kapseln morgens und abends nach den Mahlzeiten ein. Trinken Sie dazu ausreichend, vorzugsweise ein Glas Wasser (etwa 200 ml), dann läßt sich die Kapsel leichter schlucken.

Hinweis: Der intensive Geruch der Rheuma-Hek-Kapseln ist der typische Eigengeruch von Brennnessel-extrakt.

#### Wie lange dürfen Sie Rheuma-Hek einnehmen?

Die Dauer der Anwendung ist nicht grundsätzlich begrenzt. Sie richtet sich nach Art, Schwere und Verlauf der Erkrankung und ist vom Arzt zu bestimmen. Beachten Sie jedoch bitte in jedem Fall sämtliche im Abschnitt 2.2 aufgeführten Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen sowie die Angaben zu möglichen Nebenwirkungen in Abschnitt 4.

**Wenn Sie eine größere Menge Rheuma-Hek eingenommen haben als Sie sollten**, benachrichtigen Sie bitte einen Arzt. Dieser kann über gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen entscheiden. Möglicherweise treten die unten aufgeführten Nebenwirkungen verstärkt auf. Vergiftungen mit Zubereitungen aus Brennnessel sind bisher nicht bekannt geworden.

**Wenn Sie die Einnahme von Rheuma-Hek vergessen haben**, nehmen Sie beim nächsten Mal nicht die doppelte Dosis ein. Fahren Sie mit der Einnahme so fort, wie von Ihrem Arzt verordnet oder in der Dosierungsanleitung beschrieben.

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

### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen. Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:

Gelegentlich: 1 bis 10 Behandelte von 1.000  
Selten: 1 bis 10 Behandelte von 10.000  
Sehr selten: weniger als 1 Behandler von 10.000  
Nicht bekannt: Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar

#### Mögliche Nebenwirkungen

- Gelegentlich kann es zu Magen-Darm-Beschwerden wie Übelkeit, Durchfall und Erbrechen kommen.
- Gelegentlich treten allergische Reaktionen wie Juckreiz, Hautausschlag, Nesselsucht auf.
- Sehr selten wurde berichtet, dass bei Patienten mit Diabetes mellitus der Blutzucker anstieg, während sie eine Zeit lang Brennnessel-Arzneimittel einnahmen. Nach Absetzen des Arzneimittels ging der erhöhte Blutzucker wieder zurück.
- Hinweis: Gelegentlich kann vermehrter Harndrang auftreten.

Bei den ersten Anzeichen einer Überempfindlichkeitsreaktion darf Rheuma-Hek nicht nochmals eingenommen werden.

#### 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 dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

### 5. Wie ist Rheuma-Hek aufzubewahren?

#### Aufbewahrungsbedingungen

- Nicht über 30 °C und in der Originalpackung aufbewahren, um den Inhalt vor Feuchtigkeit zu schützen.
- Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

#### Halbbarkeit

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem angegebenen Verfallsdatum nicht mehr verwenden. Dieses Datum ist auf der Durchdrückpackung und Faltschachtel nach <Verwendbar bis> aufgedruckt. Es bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

Entsorgen Sie Arzneimittel niemals über das Abwasser (z. B. nicht über die Toilette oder das Waschbecken). Fragen Sie in Ihrer Apotheke, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei. Weitere Informationen finden Sie unter [www.bfarm.de/anzneimittelentsorgung](http://www.bfarm.de/anzneimittelentsorgung).

### 6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### Was Rheuma-Hek enthält

**Der Wirkstoff ist** ein Trockenextrakt aus Brennnesselblättern (8-10 : 1); Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V). 1 Hartkapsel enthält 268 mg dieses Extrakts.

**Die sonstigen Bestandteile sind:** Calciumhydrogenphosphat-Dihydrat, hochdisperses Siliciumdioxid, Carboxymethylstärke-Natrium, Typ B (Ph.Eur.), Magnesiumstearat (Ph.Eur.) [pflanzlich], Hypromellose (Ph.Eur.), gereinigtes Wasser, Carrageen (E 407), Kaliumchlorid (Ph.Eur.), Farbstoffe: Indigocarmin (E 132), Eisen(III)-hydroxid-oxid x H<sub>2</sub>O, Titandioxid (E 171)

**Wie Rheuma-Hek aussieht und Inhalt der Packung**  
Rheuma-Hek sind Hartkapseln von einheitlich dunkelgrüner Farbe.

Sie sind in Durchdrückstreifen verpackt, die in Faltschachteln eingeschoben sind.

Es gibt Packungen mit 50, 60, 100, 120, 200 und 240 Hartkapseln.

Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht.

#### Pharmazeutischer Unternehmer

Strathmann GmbH & Co. KG  
Postfach 610425  
22424 Hamburg  
Tel.: 040/55 90 5-0  
Fax: 040/55 90 5-100  
E-Mail: [VL.Strathmann.Info@dermapharm.com](mailto:VL.Strathmann.Info@dermapharm.com)

#### Hersteller

Biokirch GmbH  
Bei den Kämpen 11-11A  
21220 Seevetal

Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im April 2020.

08/070-00111

Liebe Patientin, lieber Patient,

dieses Arzneimittel ist rein pflanzlich. Es enthält keinerlei tierische Bestandteile, weder im Extrakt noch unter den Hilfsstoffen. In den Untersuchungen zur Halbbarkeit hat die gelatinefreie Kapselhülle gezeigt, dass sie sehr gut geeignet ist, die Qualität des Brennnesselextraktes über lange Zeit zu bewahren. Der intensive Geruch und auch Geschmack der Rheuma-Hek Kapseln ist typisch für Zubereitungen aus Brennnessel.