

Mariplant

Čaj proti zaprtju

zdravilni čaj

Pred začetkom uporabe zdravila natančno preberite navodilo, ker vsebuje za vas pomembne podatke!

Pri uporabi tega zdravila natančno upoštevajte napotke v tem navodilu ali navodila zdravnika ali farmacevta.

- Zdravilo je na voljo brez recepta. Kljub temu ga morate uporabljati pazljivo in skrbno, da vam bo kar najbolj koristilo.
- Navodilo shranite. Morda ga boste želeli ponovno prebrati.
- Posvetujte se s farmacevtom, če potrebujete dodatne informacije ali nasvet.
- Če opazite kateri koli neželeni učinek, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu. Glejte poglavje 4.
- Če se znaki vaše bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 1 tednu, se morate posvetovati z zdravnikom.

Kaj vsebuje navodilo:

1. Kaj je zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju in za kaj ga uporabljamo
2. Kaj morate vedeti, preden boste uporabili zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju
3. Kako uporabljati zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju
4. Možni neželeni učinki
5. Shranjevanje zdravila Mariplant čaj proti zaprtju
6. Vsebina pakiranja in dodatne informacije

1. KAJ JE ZDRAVILO MARIPLANT ČAJ PROTI ZAPRTJU IN ZA KAJ GA UPORABLJAMO

Zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju vsebuje list sene, cvet črnega bezga, plod sladkega navadnega komarčka in plod navadne kumine. Učinkovine v listu sene so hidroksiantracenski glikozidi, ki delujejo odvajalno. Cvet črnega bezga izboljša vonj in okus, plod navadne kumine in plod sladkega navadnega komarčka pa delujeta proti napenjanju in olajšata odvajanje vetrov, ki se lahko pojavijo pri pitju odvajalnih čajev.

Mariplant čaj proti zaprtju je namenjen za spodbujanje odvajanja blata v primeru občasnega zaprtja, ki se lahko pojavi zaradi spremenjenega načina prehranjevanja, na potovanjih, v stresnih obdobjih, pri zmanjšani fizični aktivnosti ali zaradi drugih vzrokov. Mariplant čaj proti zaprtju uporabljamo takrat, ko zaprtja ni mogoče odpraviti s spremenjeno prehrano ali vlakninskimi odvajali in če niso prisotni trdi čepi blata v danki. Neprekinjeno se ga lahko uporablja največ 1 teden, dlje pa le po posvetu z zdravnikom. Odvajalni učinek običajno nastopi v 8 do 12 urah.

Mariplant čaj proti zaprtju je primeren za odrasle in mladostnike, starejše od 12 let.

2. KAJ MORATE VEDETI, PREDEN BOSTE UPORABILI ZDRAVILO MARIPLANT ČAJ PROTI ZAPRTJU

Ne uporabljajte zdravila Mariplant čaj proti zaprtju:

- če ste alergični na (preobčutljivi za) katerokoli sestavino zdravilnega čaja (navedene v poglavju 6), anetol, navadni pelin, brezo ali rastline iz družine kobulnic (lat. *Apiaceae*),
- če opazite črno obarvano blato zaradi krvavitve v prebavilih,
- če imate krvavitev iz zadnjika, ki je še ni obravnaval zdravnik,
- če imate vnetno bolezen prebavil (Crohnova bolezen, ulcerozni kolitis, vnetje slepega črevesa),
- če imate bolečine v predelu trebuha, ki so neznanega izvora,
- v primeru hude dehidracije (primanjkljaj vode in elektrolitov),
- če ste noseči ali dojite,
- pri otrocih, mlajših od 12 let.

Opozorila in previdnostni ukrepi

Ne uporabljajte tega zdravila dlje kot 1 teden brez posveta z zdravnikom. Če se težave z zaprtjem med uporabo tega zdravila ne izboljšajo ali pa se pojavijo neželeni učinki, se posvetujte z zdravnikom.

Dolgotrajna uporaba lista sene, ki je sestavina tega zdravila, lahko povzroči pomanjkanje kalija v telesu. Zaradi tega se lahko pojavi tveganje za vpliv na delovanje določenih zdravil za srce. To so srčni glikozidi, zdravila za zdravljenje srčnega ritma (antiaritmiki) in zdravila, ki podaljšujejo interval QT.

Bolnikom z obolenjem jeter, pomanjkanjem kisline v želodčnem soku, vnetjem žolčnih izvodil, žolčnimi kamni ali drugim obolenjem žolčnika odsvetujemo uporabo tega zdravila.

Kot vseh odvajal tudi tega zdravila ne smete uporabljati, če imate zastoj blata v danki ter ob nepojasnjenih akutnih ali dolgotrajnih prebavnih motnjah (npr. pri bolečinah v trebuhu, slabosti in bruhanju), razen po navodilu zdravnika, saj so lahko ti simptomi znak morebitne zapore črevesja (ileus).

Če za odvajanje blata potrebujete odvajala vsakodnevno, je treba raziskati vzrok nastanka zaprtja. Dolgotrajnemu jemanju odvajal se je treba izogibati.

Uporaba stimulativnih (kontaktnih) odvajal dlje kot le kratek čas lahko poruši elektrolitsko ravnovesje v telesu in vodi v poslabšano delovanja črevesja ter v odvisnost od odvajal. Odvajala z listom sene uporabljajte le takrat, ko odvajanja niste mogli doseči s spremembo prehrane ali uporabo vlakninskih odvajal.

Pozornost je potrebna pri bolnikih z motnjami v delovanju ledvic zaradi možnosti pojava elektrolitskega neravnovesja. Neravnovesje elektrolitov lahko povzroči tudi sočasna uporaba lista sene, ki je sestavina tega zdravila, z drugimi zdravili, ki povzročajo pomanjkanje kalija v telesu. To so:

- nekatera zdravila, ki povečajo izločanje urina (diuretiki),
- zdravila, ki močno zavirajo vnetje ali uravnavajo količino elektrolitov v telesu (adrenokortikosteroidi), in
- zdravila, ki vsebujejo korenino golostebelnega sladkega korena (lat. *Glycyrrhiza glabra* L.).

Pri bolnikih z inkontinenco blata je potrebno pogostejše menjavanje plenice oziroma hlačnih predlog, da se zmanjša čas stika blata s kožo.

Zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju ni primerno sredstvo za hujšanje!

Otroci

Zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju ni primerno za uporabo pri otrocih, mlajših od 12 let.

Druga zdravila in zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju

Odvajala, ki pospešijo gibanje črevesja (kontaktna odvajala), lahko zmanjšajo čas prehoda črevesne vsebine in vplivajo na vsrkanje drugih zdravil, ki jih zaužijete sočasno. To velja na primer pri odmerkih zdravila Mariplant čaj proti zaprtju, ki sprožijo drisko.

V primeru zlorabe zdravila Mariplant čaj proti zaprtju, to pomeni pri kronični, dolgotrajni uporabi in posledičnem izgubljanju kalija iz organizma, se lahko poveča učinek srčnih (kardiotoničnih) glikozidov in lahko pride do vpliva na delovanje:

- antiaritmikov (zdravila za uravnavanje srčnega ritma),
- zdravil, ki spodbujajo ponovno vzpostavitev normalnega sinusnega ritma (na primer kinidin),
- zdravil, ki podaljšujejo QT interval.

Sočasna uporaba zdravila Mariplant čaj proti zaprtju z zdravili, ki povzročajo pomanjkanje kalija (diuretiki, adrenokortikosteroidi, pripravki, ki vsebujejo korenino golostebelnega sladkega korena (lat. *Glycyrrhiza glabra* L.)), lahko dodatno pripomore k nastanku elektrolitskega neravnovesja.

Sočasno z uporabo zdravila Mariplant čaj proti zaprtju ne smete jemati drugih zdravil, ki vsebujejo hidroksiantracenske glikozide (pripravkov iz skorje navadne krhlike, lista sene, korenine kitajske rabarbare in pripravkov z izvlečkom aloje).

Obvestite zdravnika ali farmacevta, če jemljete, ste pred kratkim jemali ali pa boste morda začeli jemati katero koli drugo zdravilo.

Zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju skupaj s hrano in pijačo
Ni podatkov, da bi hrana ali pijača vplivala na učinkovitost tega zdravila. Mariplant čaj proti zaprtju lahko uporabljate ne glede na obroke hrane. Ob jemanju odvajal je dobro piti veliko tekočine.

Nosečnost in dojenje

Če ste noseči ali dojite, menite, da bi lahko bili noseči ali načrtujete zanositev, ne uporabljajte tega zdravila.

Vpliv na sposobnost upravljanja vozil in strojev

Ni znano, da bi zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju vplivalo na sposobnost vožnje in upravljanja s stroji.

3. KAKO UPORABLJATI ZDRAVILO MARIPLANT ČAJ PROTI ZAPRTJU

Pri uporabi tega zdravila natančno upoštevajte napotke v tem navodilu ali navodila zdravnika ali farmacevta. Če ste negotovi, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

Način uporabe in odmerjanje

1 polno in poravnano merico zdravilnega čaja prelijte s 150 ml vrele vode in pustite stati pokrito 15 minut. Vmes občasno premešajte, nato čaj (poparek) precedite. Čaj lahko tudi sladkate.

Priporočeno odmerjanje

Običajni odmerek za odrasle in mladostnike, starejše od 12 let, je 1 skodelica sveže pripravljene čaja dnevno. Odvajalni učinek običajno nastopi v 8 do 12 urah po zaužitju zdravila. Zato je najustreznejši čas jemanja zdravila zvečer, s čimer dosežemo želeni učinek v jutranjem času. Običajno zadostuje, da zdravilni čaj uporabite 2- do 3-krat tedensko.

Odmerek tega zdravila lahko po potrebi tudi zmanjšate. Najustreznejši odmerek za vas je najmanjša količina zdravilnega čaja, ki še zagotavlja primerno mehkost blata.

Če se znaki vaše bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 1 tednu, se posvetujte z zdravnikom. Uporabo zdravila Mariplant čaj proti zaprtju, daljšo kot 1 teden, mora nadzorovati zdravnik.

Če menite, da je učinek zdravila Mariplant čaj proti zaprtju premočan ali prešibak, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

Če ste uporabili večji odmerek zdravila Mariplant čaj proti zaprtju, kot bi smeli

Če se po prevelikem odmerku pojavijo neželeni učinki, se posvetujte z zdravnikom.

Pri prevelikih odmerkih zdravila se lahko pojavijo bolečine v trebuhu ter driska in bruhanje, kar lahko privede do izgube vode in elektrolitov.

V primeru prevelikega odmerka tega zdravila morate zaužiti večje količine tekočine. Potreben je nadzor nad ravnovesjem tekočin in elektrolitov, zlasti kalija. To je še posebej pomembno pri starejših bolnikih.

Pogosto uživanje prevelikih odmerkov pripravkov, ki vsebujejo hidroksiantracenske glikozide, lahko povzroči okvaro jeter (toksični hepatitis).

Če ste pozabili vzeti zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju

Ne vzemite dvojnega odmerka, če ste pozabili uporabiti prejšnji odmerek. Če imate dodatna vprašanja o uporabi zdravila, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

4. MOŽNI NEŽELENI UČINKI

Kot vsa zdravila ima lahko tudi to zdravilo neželene učinke, ki pa se ne pojavijo pri vseh bolnikih.

Pojavijo se lahko alergijske (preobčutljivostne) reakcije, ki se izrazijo na dihalih ali se kažejo kot srbečica, koprivnica ali izpuščaj, ki je lahko po celem telesu ali le na enem mestu. Pogostnost pojavljanja teh neželenih učinkov ni znana. Če se pojavijo ti znaki, to zdravilo prenehajte uporabljati in se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

Uživanje pripravkov iz lista sene lahko povzroči nastanek bolečin in krčev v trebuhu ter odvajanje tekočega blata, zlasti pri bolnikih z razdražljivim kolonom. Ti simptomi se lahko pojavijo tudi kot posledica individualnega prevelikega odmerjanja tega zdravila. V tem primeru zmanjšajte odmerek. Ob daljši uporabi tega zdravila lahko pride do motenega

ravnotežja vode in presnove elektrolitov, kar lahko vodi do prisotnosti beljakovin in krvi v urinu.

Dolgotrajna uporaba lahko povzroči tudi pigmentacijo sluznice črevesja (pseudomelanosis coli), kar običajno izzveni po prenehanju uporabe zdravila.

Med uporabo tega zdravila se lahko pojavi rumeno ali rdečerjavo obarvanje urina, ki nima škodljivih posledic za zdravje.

Poročanje o neželenih učinkih

Če opazite katerega koli od neželenih učinkov, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu. O neželenih učinkih lahko poročate tudi neposredno na nacionalni center za poročanje:

Javna agencija Republike Slovenije za zdravila in medicinske pripomočke, Sektor za farmakovigilanco
Nacionalni center za farmakovigilanco
Slovenčeva ulica 22, SI-1000 Ljubljana

- Tel.: 08 2000 500
- Faks: 08 2000 510
- E-pošta: h-farmakovigilanca@jazmp.si
- Spletna stran: www.jazmp.si

S tem, ko poročate o neželenih učinkih, lahko prispevate k zagotovitvi več informacij o varnosti tega zdravila.

5. SHRANJEVANJE ZDRAVILA MARIPLANT ČAJ PROTI ZAPRTJU

Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom!

Zdravilo shranjujte pri temperaturi do 25 °C na suhem mestu. Shranjujte zaščiteno pred svetlobo v originalni ovojnini.

Tega zdravila ne smete uporabljati po datumu izteka roka uporabnosti, ki je naveden na škatli in vrečki poleg oznake »Uporabno do«. Rok uporabnosti zdravila se izteče na zadnji dan navedenega meseca.

6. VSEBINA PAKIRANJA IN DODATNE INFORMACIJE

Kaj vsebuje zdravilo Mariplant čaj proti zaprtju

100 g zdravilnega čaja vsebuje:

- 45 g lista sene, tinevelške (*Cassia angustifolia* Vahl) in/ali aleksandrijske sene (*Cassia senna* L. (*Cassia acutifolia* Delile)).

Pomožne snovi:

- cvet črnega bezga (*Sambucus nigra* L., flos),
- plod sladkega navadnega komarčka (*Foeniculum vulgare* Mill. subsp. *vulgare* var. *dulce* (Mill.) Batt. & Trab., fructus),
- plod navadne kumine (*Carum carvi* L., fructus).

1 merica (približno 2,4 g zdravilnega čaja) vsebuje 1,1 g lista sene, kar ustreza od 22 do 30 mg hidroksiantracenskih glikozidov (izraženih kot senozid B), ki izvirajo iz lista sene (*Sennae folium*).

Izgled zdravila in vsebina pakiranja

Škatla s 50 g zdravilnega čaja v papirnati vrečki in priloženo merico.

Način in režim izdaje zdravila

Izdaja zdravila je brez recepta v lekarnah.

Mariplant čaj proti zaprtju je galensko zdravilo.

Za vse morebitne nadaljnje informacije o tem zdravilu se lahko obrnete na proizvajalca:

Lekarne Maribor
Minařikova ulica 6
2000 Maribor



Telefon: 02 450 28 00
E-pošta: info@mb-lekarne.si

Navodilo je bilo nazadnje revidirano:
marec 2025