

# Navodilo za uporabo

# Mariplant

## List sene

### 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.

- 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 1–2 tednih, se posvetujte z zdravnikom.

#### **Kaj vsebuje navodilo**

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

#### **1. KAJ JE ZDRAVILO MARIPLANT LIST SENE IN ZA KAJ GA UPORABLJAMO**

Zdravilni čaj vsebuje posušene liste sene. Učinkovine v listu sene so hidroksiantracenski glikozidi, ki delujejo odvajalno.

Zdravilni čaj Mariplant list sene 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 list sene uporabljamo takrat, ko zaprtja ni mogoče odpraviti s spremenjeno prehrano ali vlakninskimi odvajali in če niso prisotni trdi čepi blata v danki. Neprekinjeno ga lahko uporabljamo največ 1 do 2 tedna, dlje pa le po posvetu z zdravnikom. Odvajalni učinek običajno nastopi v 8 do 12 urah. Mariplant list sene je primeren za odrasle in mladostnike, starejše od 12 let.

Če se znaki vaše bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 1–2 tednih, se posvetujte z zdravnikom.

#### **2. KAJ MORATE VEDETI, PREDEN BOSTE UPORABILI ZDRAVILO MARIPLANT LIST SENE**

##### **Ne uporabljajte zdravila Mariplant list sene:**

- če ste alergični (preobčutljivi) na list sene,
- 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 zaporo črevesja (ileus), zoženje črevesja (stenoza) ali oslABLJENO delovanje mišic, ki nadzirajo gibanje črevesja (atonijo),
- 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 do 2 tedna 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 lahko povzroči pomanjkanje kalija v telesu, zaradi česar 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.

Kot vseh odvajal tudi lista sene 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 delovanje 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 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 list sene ni primerno sredstvo za hujšanje!

##### **Otroci**

Zdravilo Mariplant list sene ni primerno za uporabo pri otrocih, mlajših od 12 let.

##### **Druga zdravila in zdravilo Mariplant list sene**

V primeru zlorabe zdravila Mariplant list sene, 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 list sene 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 list sene skupaj s hrano in pijačo**  
Ni podatkov, da bi hrana ali pijača vplivala na učinkovitost zdravilnega čaja Mariplant list sene. Ta zdravilni čaj lahko uporabljate ne glede na obroke hrane.

#### Nosečnost in dojenje

Če ste noseči ali dojite, menite, da bi lahko bili noseči ali načrtujete zanositev, se posvetujte s svojim zdravnikom ali s farmacevtom, preden vzamete to zdravilo.

O varnosti zdravila med nosečnostjo in dojenjem ni dovolj podatkov, zato uporaba v tem obdobju ni priporočljiva.

#### Vpliv na sposobnost upravljanja vozil in strojev

Ni znano, da bi to zdravilo vplivalo na sposobnost vožnje in upravljanja s stroji.

### 3. KAKO UPORABLJATI ZDRAVILNO MARIPLANT LIST SENE

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

#### Način uporabe in odmerjanje

½ do 1 čajno žličko zdravilnega čaja prelijte s skodelico vrele vode (150 ml) in pustite stati pokrito 10–20 minut, vmes občasno premešajte, nato čaj (poparek) precedite.

Odrasli in mladostniki, starejši od 12 let: popijte 1 skodelico sveže pripravljene čaja 1-krat dnevno (zvečer). Odvajalni učinek običajno nastopi v 8–12 urah po zaužitju zdravila. Zato je najustreznejši čas jemanja zdravila zvečer, s čimer dosežemo zeleni učinek v jutranjem času. Običajno zadostuje, da zdravilni čaj uporabite 2- do 3-krat tedensko. Odmerek zdravilnega čaja 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 1–2 tednih, se posvetujte z zdravnikom. Uporabo zdravila Mariplant list sene, daljšo kot 2 tedna, mora nadzorovati zdravnik.

Če menite, da je učinek zdravila Mariplant list sene premočan ali prešibak, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

**Če ste uporabili večji odmerek zdravila Mariplant list sene, kot bi smeli,** se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

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 zdravila Mariplant list sene 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 uporabiti zdravilo Mariplant list sene

Ne vzemite dvojnega odmerka, če ste pozabili uporabiti prejšnji odmerek.

Če imate dodatna vprašanja o uporabi zdravila, se posvetujte z zdravnikom ali 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 kažejo kot srbečica, koprivnica ali izpuščaj, ki je lahko po celem telesu ali le na enem mestu. 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 izmed neželenih učinkov, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom. Posvetuje se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu.

### 5. SHRANJEVANJE ZDRAVILA MARIPLANT LIST SENE

#### Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom!

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

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 list sene

To zdravilo vsebuje list tinevelške in/ali aleksandrijske sene (*Cassia senna* L. in/ali *Cassia angustifolia* Vahl, *folium*).

#### Izgled zdravila in vsebina pakiranja

Škatla s 50 g zdravilnega čaja v papirnati vrečki.

#### Način in režim izdaje zdravila Mariplant list sene

Mariplant list sene je galenski izdelek. Izdaja zdravila je brez recepta v lekarnah.

Lekarne Maribor  
Minařikova ulica 6  
2000 Maribor



Za vse morebitne nadaljnje informacije o tem zdravilu se lahko obrnete na proizvajalca: Lekarne Maribor, Minařikova ulica 6, SI-2000 Maribor. Tel.: 02 450 28 00 | E-pošta: info@mb-lekarne.si

**Datum zadnje revizije besedila:**  
3. december 2019