

## Pakkausseloste: Tietoa potilaalle

### Guarem rakeet

guar 100 %

**Lue tämä pakkausseloste huolellisesti ennen kuin aloitat tämän lääkkeen ottamisen, sillä se sisältää sinulle tärkeitä tietoja.**

Ota tätä lääkettä juuri siten kuin tässä pakkausselosteessa kuvataan tai kuin lääkäri tai apteekkihenkilökunta on neuvonut sinulle.

- Säilytä tämä pakkausseloste. Voit tarvita sitä uudelleen.
- Kysy tarvittaessa apteekista lisätietoja ja neuvoja.
- Jos havaitset haittavaikutuksia, kerro niistä lääkärille tai apteekkihenkilökunnalle. Tämä koskee myös sellaisia mahdollisia haittavaikutuksia, joita ei ole mainittu tässä pakkausselosteessa. Ks. kohta 4.
- Käännä lääkärin puoleen, ellei olosi parane tai se huononee.

#### **Tässä pakkausselosteessa kerrotaan:**

1. Mitä Guarem on ja mihin sitä käytetään
2. Mitä sinun on tiedettävä, ennen kuin otat Guaremia
3. Miten Guaremia otetaan
4. Mahdolliset haittavaikutukset
5. Guaremin säilyttäminen
6. Pakkauksen sisältö ja muuta tietoa

#### **1. Mitä Guarem on ja mihin sitä käytetään**

Guaremin vaikuttava aine guar on *Cyamopsis tetragonolobus* (L.) Taub. palkokasvista peräisin oleva ravintokuitu. Yhdessä veden kanssa siitä muodostuu viskoosia geeliä. Guarem hidastaa hiilihydraattien imeytymistä ja pienentää siten aterian jälkeisiä verensokerien nousuja. Guarem alentaa myös seerumin kolesterolipitoisuutta.

Guaremia käytetään

- tasapainottamaan aikuisiän diabetesta ruokavalion ja muun lääkehoidon ohella
- vähentämään aterian jälkeistä verensokerin nousua insuliinihoitoisilla potilailla
- alentamaan veren korkeaa kolesterolipitoisuutta.

## **2. Mitä sinun on tiedettävä, ennen kuin otat Guaremia**

### **Älä ota Guaremia**

- jos olet allerginen guarille
- jos sinulla on maha-suolikanavan ahtautuma (tai tukos).

### **Varoitukset ja varotoimet**

Keskustele lääkärin tai apteekkihenkilökunnan kanssa ennen kuin otat Guaremia.

Aloita Guaremin käyttö aina pieninä annoksina (2,5 g eli ½ mittalusikallista) välttääksesi mahdolliset haittavaikutukset. Erityisen tärkeää on juoda riittävästi nestettä samanaikaisesti Guarem-rakeiden kanssa (neuvottu tarkemmin kohdassa ”Miten Guaremia otetaan”).

### **Muut lääkevalmisteet ja Guarem**

Kerro lääkärille tai apteekkihenkilökunnalle, jos parhaillaan otat tai olet äskettäin ottanut tai saatat ottaa muita lääkkeitä.

Guaremin yhtäaikainen ottaminen eräiden muiden lääkeaineiden, kuten fenoksimetyylipenisilliinin eli V-penisilliinin, metformiinin ja glibenklamidin (suun kautta otettavia diabeteslääkkeitä) sekä ehkäisytablettien kanssa voi hidastaa näiden lääkkeiden imeytymistä ja alentaa niiden tehoa. Tästä syystä kyseiset lääkkeet pitää ottaa vähintään kaksi tuntia ennen tai kaksi tuntia jälkeen Guarem-rakeiden ottamisen.

Muista mainita Guaremin käytöstä seuraavien lääkäriissä käyntien yhteydessä.

### **Raskaus ja imetys**

Koska guarkumi ei imeydy, Guaremia voi käyttää myös raskauden ja imetyksen aikana.

### **Ajaminen ja koneiden käyttö**

Guarem ei vaikuta ajokykyyn tai koneiden käyttökykyyn. Sen aiheuttama verensokerin lasku voi kuitenkin joissakin tapauksissa heikentää ajokykyä ja tarkkuutta vaativan työn suoritusta. Hyvän sokeritasapainon vallitessa valmiste ei vaikuta ajokykyyn eikä koneiden käyttökykyyn.

## **3. Miten Guaremia otetaan**

Ota tätä lääkettä juuri siten kuin tässä pakkausselosteessa on kuvattu tai kuin lääkäri tai apteekkihenkilökunta on määrännyt. Tarkista ohjeet lääkäriltä tai apteekista, jos olet epävarma.

Diabeteksen hoitoon 1 mittalusikallinen tai 5 g annospussi kolme kertaa päivässä aterioiden yhteydessä.

Hyperkolesterolemian hoitoon 1 mittalusikallinen tai 5 g annospussi 2–5 kertaa päivässä aterioiden yhteydessä.

Lääkäri on voinut määrätä lääkkeen annostusohjeeksi muun ohjeen kuin tässä mainitun. Noudata aina lääkärin ohjetta.

Guarem-rakeet otetaan aina joko ruokaan sekoitettuna tai nesteen (vesi, mehu, maito ym.) kanssa aterioiden yhteydessä. Seos nautitaan välittömästi. Kuivia Guarem-rakeita ei saa nauttia sellaisenaan. Yhtä raeannosta kohden on nautittava nestettä vähintään yksi juomalasillinen.

Jos hoidon alussa esiintyy ruuansulatuskanavan oireita (ks. ”Mahdolliset haittavaikutukset”), on aiheellista käyttää pienempää annostusta (esim. 2,5 g eli 1/2 mittalusikallista) 2–3 kertaa päivässä viikon ajan. Annosta tulee lisätä asteittain suositeltuun hoitoannokseen saakka.

### **Jos otat enemmän Guaremia kuin sinun pitäisi**

Ota välittömästi yhteys lääkäriin, sairaalaan tai Myrkytystietokeskukseen (puh. 09 471 977), jos otat tai joku muu, esim. lapsi ottaa vahingossa liian suuren annoksen lääkettä.

Guaremin yliannostustapauksia ei tunneta. Suuri yliannos voinee aiheuttaa suolitukoksen.

Ota tämä lääkepakkaus mukaan, jos hakeudut lääkäriin tai sairaalaan.

### **Jos unohtat ottaa Guaremia**

Ota unohtunut annos niin pian kuin mahdollista. Jos seuraavan annoksen ajankohta on lähellä, jätä unohtunut annos ottamatta.

Älä koskaan ota kaksinkertaista annosta tai kahta annosta peräkkäin.

Varmista ennen lomalle tai matkalle lähtöä, että sinulla on lääkettä tarpeeksi.

## **4. Mahdolliset haittavaikutukset**

Kuten kaikki lääkkeet, tämäkin lääke voi aiheuttaa haittavaikutuksia. Kaikki eivät kuitenkaan niitä saa.

Guarem voi aiheuttaa haittavaikutuksena erilaisia mahavaivoja. Yleisimpiä ovat ilmavaivat, joi ta esiintyy lähes puolella käyttäjistä Guarem-hoidon alussa. Myös vatsakipua, pahoinvointia tai ripulia voi esiintyä. Yleensä oireet vähenevät tai häviävät hoidon jatkuessa. Myös annoksen pienentäminen vähentää mahaoireita (ks. myös kohta ”Miten Guaremia otetaan”). Mikäli oireet kuitenkin jatkuvat, keskeytä lääkkeen käyttö ja kysy neuvoa lääkäriltä.

## Haittavaikutuksista ilmoittaminen

Jos havaitset haittavaikutuksia, kerro niistä lääkärille tai apteekkihenkilökunnalle. Tämä koskee myös sellaisia mahdollisia haittavaikutuksia, joita ei ole mainittu tässä pakkausselosteessa. Voit ilmoittaa haittavaikutuksista myös suoraan (ks. yhteystiedot alla). Ilmoittamalla haittavaikutuksista voit auttaa saamaan enemmän tietoa tämän lääkevalmisteen turvallisuudesta.

www-sivusto: [www.fimea.fi](http://www.fimea.fi)

Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimea

Lääkkeiden haittavaikutusrekisteri

PL 55

FI-00034 Fimea

## **5. Guaremin säilyttäminen**

Säilytä alle 25 °C. Herkkä kosteudelle.

Ei lasten ulottuville eikä näkyville.

Älä käytä tätä lääkettä pakkauksessa mainitun viimeisen käyttöpäivämäärän jälkeen. Viimeinen käyttöpäivämäärä tarkoittaa kuukauden viimeistä päivää.

Lääkkeitä ei tule heittää viemäriin eikä hävittää talousjätteiden mukana. Kysy käyttämättömien lääkkeiden hävittämisestä apteekista. Näin menetellen suojelet luontoa.

## **6. Pakkauksen sisältö ja muuta tietoa**

### **Mitä Guarem sisältää**

- Vaikuttava aine on guar 100 %. Valmiste ei sisällä muita aineita.

## **Lääkevalmisteen kuvaus ja pakkauskoot**

Vaaleankellertäviä rakeita.

Pakkauskoot:

40 annospussia x 5 g rakeita

Annospussit ovat muovitettuja paperiannospusseja.

500 g rakeita, polyteenimuovipurkki, jossa polyteenimuovikansi. Pakkaus sisältää 5 gramman mittalusikan.

Kaikkia pakkauskokoja ei välttämättä ole myynnissä.

## **Myyntiluvan haltija**

Orion Oyj  
Orionintie 1  
02200 Espoo

## **Valmistaja**

Orion Pharma  
Orionintie 1  
02200 Espoo

**Tämä pakkausseloste on tarkistettu viimeksi 23.7.2014**

## Bipacksedel: Information till patienten

### Guarem granulat

guar 100%

**Läs noga igenom denna bipacksedel innan du börjar ta detta läkemedel. Den innehåller information som är viktig för dig.**

Ta alltid detta läkemedel exakt enligt beskrivning i denna bipacksedel eller enligt anvisningar från din läkare eller apotekspersonal.

- Spara denna information, du kan behöva läsa den igen.
- Vänd dig till apotekspersonalen om du behöver mer information eller råd.
- Om du får biverkningar, tala med läkare eller apotekspersonal. Detta gäller även eventuella biverkningar som inte nämns i denna information. Se avsnitt 4.
- Du måste tala med läkare om du inte mår bättre eller om du mår sämre.

**I denna bipacksedel finner du information om följande:**

1. Vad Guarem är och vad det används för
2. Vad du behöver veta innan du tar Guarem
3. Hur du tar Guarem
4. Eventuella biverkningar
5. Hur Guarem ska förvaras
6. Förpackningens innehåll och övriga upplysningar

#### **1. Vad Guarem är och vad det används för**

Guar, det verksamma ämnet i Guarem-granulaten, är växtfiber som fås från *Cyamopsis tetragonolobus* (L.) Taub. baljväxt. Guar bildar en viskos gel med vatten. Guarem fördröjer upptagningen av kolhydrater. Därigenom förhöjs blodets sockerkoncentration mindre efter måltiderna. Guarem sänker också kolesterolkoncentrationen i serum

Guarem-granulat används

- för att balansera åldersdiabetes jämsides med en diet och annan medicinering
- för att minska blodsockerstegringarna efter måltider hos patienter som behandlas med insulin
- för att sänka en hög kolesterolkoncentration i blodet.

## **2. Vad du behöver veta innan du tar Guarem**

### **Ta inte Guarem**

- om du är allergisk mot guar
- om du har förträngning (eller stopp) i mag-tarmkanalen.

### **Varningar och försiktighet**

Tala med läkare eller apotekspersonal innan du tar Guarem.

För att undvika möjliga negativa effekter bör användningen av Guarem påbörjas i små doser (2,5 g d.v.s. ½ måttsked). Speciellt viktigt är det att dricka tillräckligt vätska i samband med att man tar Guarem-granulaten (närmare anvisningar finns under rubriken "Hur du tar Guarem").

### **Andra läkemedel och Guarem**

Tala om för läkare eller apotekspersonal om du tar, nyligen har tagit eller kan tänkas ta andra läkemedel.

Guarem kan försämra upptagningen av vissa läkemedel och minska deras effekt om de tas samtidigt. Sådana läkemedel är bl.a. fenoximetylpenicillin d.v.s. V-penicillin, metformin och glibenklamid (läkemedel som tas via munnen för behandling av diabetes) samt p-piller. Det rekommenderas, att dessa läkemedel inte tas mindre än två timmar före eller efter Guarem-granulaten.



Kom ihåg att tala om att du använder Guarem i samband med följande läkarbesök.

### **Graviditet och amning**

Guarem kan användas under graviditet och amning, eftersom guar inte absorberas.

### **Körförmåga och användning av maskiner**

Guarem påverkar varken förmågan att köra eller att använda maskiner. Sänkningen av blodsockret kan dock i några fall försämra prestationsförmågan i trafiken och i annat precisionsbetonat arbete. När sockerbalansen är god, inverkar preparatet inte på förmågan att köra eller att använda maskiner.

## **3. Hur du tar Guarem**

Ta alltid detta läkemedel exakt enligt beskrivning i denna bipacksedel eller enligt anvisningar från läkare eller apotekspersonal. Rådfråga läkare eller apotekspersonal om du är osäker.

För behandling av diabetes: 1 måttsked eller 5 g dospåse tre gånger dagligen i samband med måltiderna.

För behandling av hyperkolesterolemi: 1 måttsked eller 5 g dospåse 2–5 gånger dagligen i samband med måltiderna.

Läkaren kan ha ordinerat en dosering av läkemedlet som avviker från den ovan nämnda. Följ alltid läkarens ordination.

Guarem-granulat tas alltid i samband med måltiderna, antingen blandade i maten eller tillsammans med vätska (vatten, saft, mjölk osv.). Blandningen intas omedelbart. Torra Guarem-granulat får inte intas som sådana. Man bör dricka minst ett dricksglas vätska med varje granulatdos.

Om det i början av behandlingen förekommer symtom i matsmältningskanalen (se "Eventuella biverkningar"), är det skäl att använda en mindre dosering (t.ex. 2,5 g eller ½ måttsked) 2–3 gånger dagligen i en veckas tid. Doseringen skall stegvis ökas till den rekommenderade doseringen.

### **Om du har tagit för stor mängd av Guarem**

Om du fått i dig för stor mängd läkemedel eller om t.ex. ett barn fått i sig läkemedel av misstag, kontakta läkare, sjukhus eller Giftinformationscentralen (tel. 09 471 977).

Överdoseringsfall av Guarem har inte rapporterats. En stor överdos kan eventuellt förorsaka en tarmstopp.

Ta läkemedelsförpackningen med, om du uppsöker läkare eller sjukhus.

### **Om du har glömt att ta Guarem**

Ta den bortglömda dosen så snart som möjligt. Om det snart är dags för följande dos, ska du inte ta bortglömda dosen.

Ta aldrig dubbel dos eller två doser i följd.

Kontrollera inför semester eller resa att du har tillräckligt av läkemedlet.

## **4. Eventuella biverkningar**

Liksom alla läkemedel kan detta läkemedel orsaka biverkningar men alla användare behöver inte få dem.

Guarem kan medföra olika magbesvär. De mest allmänna är gasbesvär, som förekommer hos nästan hälften av användarna i början av behandlingen. Också magont, illamående eller diarré kan förekomma. I allmänhet minskar eller försvinner symtomen då behandlingen fortsätter.

Också genom att minska på doseringen kan man undvika magsymtom (se även "Hur du tar Guarem"). Om symtomen ändå fortsätter, bör du avbryta medicineringen och rådfråga läkare.

### Rapportering av biverkningar

Om du får biverkningar, tala med läkare eller apotekspersonal. Detta gäller även biverkningar som inte nämns i denna information. Du kan också rapportera biverkningar direkt (se detaljer nedan). Genom att rapportera biverkningar kan du bidra till att öka informationen om läkemedels säkerhet.

webbplats: [www.fimea.fi](http://www.fimea.fi)

Säkerhets- och utvecklingscentret för läkemedelsområdet Fimea

Biverkningsregistret

PB 55

FI-00034 FIMEA

## **5. Hur Guarem ska förvaras**

Förvaras vid högst 25 °C. Fuktkänsligt.

Förvara detta läkemedel utom syn- och räckhåll för barn.

Används före utgångsdatum som anges på förpackningen. Utgångsdatumet är den sista dagen i angiven månad.

Läkemedel ska inte kastas i avloppet eller bland hushållsavfall. Fråga apotekspersonalen hur man kastar läkemedel som inte längre används. Dessa åtgärder är till för att skydda miljön.

## **6. Förpackningens innehåll och övriga upplysningar**

### **Innehållsdeklaration**

- Den aktiva substansen är guar 100 %. Preparatet innehåller inga hjälpämnen.

### **Läkemedlets utseende och förpackningsstorlekar**

Ljusbula granulat.

Förpackningsstorlekar:

40 dospåsar x 5 g granulat

Dospåsarna är laminerade pappersdospåsar.

500 g granulat, polyetenburk med polyetenlock. Förpackningen innehåller 5 grams doseringsked.

Eventuellt kommer inte alla förpackningsstorlekar att marknadsföras.

### **Innehavare av godkännande för försäljning**

Orion Corporation

Orionvägen 1

02200 Esbo

### **Tillverkare**

Orion Pharma

Orionvägen 1

02200 Esbo

**Denna bipacksedel ändrades senast 23.7.2014**