

IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer
Carbonate de calcium, cholecalciferol

Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament. Elle contient des informations importantes pour votre traitement.

Si vous avez d'autres questions, si vous avez un doute, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

• Gardez cette notice, vous pourriez avoir besoin de la relire.
• Si vous avez besoin de plus d'informations et de conseils, adressez-vous à votre pharmacien.
• Si les symptômes s'aggravent ou persistent, consultez votre médecin.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si vous ressentez un des effets mentionnés comme étant grave, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Dans cette notice :

1. Ou est-ce que IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer ?
3. Comment prendre IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer ?
6. Informations supplémentaires.

1. OUEST-CE QUE IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISÉ ?

APPORT VITAMINO-D-CALCIQUE

Ce médicament est indiqué :

- chez le sujet âgé, en cas de carence en calcium et en vitamine D,
- en association aux traitements de l'ostéoporose lorsque l'apport de calcium et de vitamine D est insuffisant.

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS À CONNAÎTRE AVANT DE PRENDRE IDEOS 500 mg/400 UI, COMPRIMÉS À SUCER OU À CROQUER ?

Ne prenez jamais IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer dans les cas suivants :

- si vous êtes allergique (hypersensible) à la vitamine D ou à l'un des composants d'IDEOS,
- si vous êtes allergique (hypersensible) à l'arachide de soja, en raison de la présence d'huile de soja,
- si vous avez une quantité de calcium dans le sang anormalement élevée (hypercalcémie),
- si vous avez une diminution anormale de calcium par l'urine (hypercalciurie),
- si vous êtes atteint d'un trouble susceptible d'être à l'origine d'une hypercalcémie et/ou d'une hypercalcémie hypercalcémique des glandes parathyroïdes, maladie de la moelle osseuse (myélome), tumeur osseuse maligne, métastases osseuses),
- si vous êtes atteint d'insuffisance rénale,
- si vous êtes atteint de calculs rénaux (lithase calcique) ou si vous avez des dépôts de calcium au niveau des reins (néphrocalcinose),
- si vous êtes atteint d'un apport excessif en vitamine D (hypervitaminose D).

Faites attention avec IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer en cas de :

- traitement prolongé : il est nécessaire de faire contrôler régulièrement la quantité de calcium dans le sang (calcémie). Cette surveillance est particulièrement importante chez le sujet âgé et lors de traitement associé à des digitaliques (digoxine) ou des diurétiques. En fonction du résultat, votre médecin pourra être amené à réduire, voire à interrompre votre traitement.
- administration supplémentaire de calcium et de vitamine D à fortes doses qui doit se faire sous stricte surveillance médicale,
- traitement associé à base de biphosphonates, d'un antidiabétique de la famille des tétracyclines, d'hormones thyroïdiennes, de sels de fer (par voie orale), de strontium ou de zinc : il faut attendre au moins 2 heures entre les prises de ces médicaments et d'IDEOS,
- sarcopénie ou insuffisance rénale,
- immobilité (frisque d'hypercalcémie),
- prise ou utilisation d'autres médicaments

Veillez indiquer à votre médecin ou à votre pharmacien si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, même s'il s'agit d'un médicament obtenu sans ordonnance ; notamment :

- Les diurétiques thiazidiques : (médicaments destinés à traiter l'hypertension), car ils peuvent augmenter la quantité de calcium dans le sang.
- L'ostéat (médicament utilisé dans le traitement de l'obésité), La cholestyramine, les laxatifs tels que l'huile de paraffine, car ils peuvent réduire la quantité de vitamine D3 absorbée par l'organisme.
- Les digitaliques (médicaments destinés à traiter les problèmes cardiaques), car ils peuvent provoquer d'avantage d'effets secondaires, si vous prenez trop de calcium.

Les tétracyclines (antibiotiques), la quantité absorbée risquent d'être réduite. Il est recommandé de diluer la prise de tétracyclines d'un mois 2 heures avant celle d'IDEOS, ou de 4 à 6 heures après.

L'estrogène (médicament utilisé en chimiothérapie), les hormones thyroïdiennes ou les médicaments contenant du fer, du zinc ou du strontium car la quantité absorbée peut être réduite. Ils doivent être pris au moins 2 heures avant ou après la prise d'IDEOS.

Les digitaliques (médicaments destinés à traiter les problèmes cardiaques), car ils peuvent provoquer d'avantage d'effets secondaires, si vous prenez trop de calcium.

Les tétracyclines (antibiotiques), la quantité absorbée risquent d'être réduite. Il est recommandé de diluer la prise de tétracyclines d'un mois 2 heures avant celle d'IDEOS, ou de 4 à 6 heures après.

L'estrogène (médicament utilisé en chimiothérapie), les hormones thyroïdiennes ou les médicaments contenant du fer, du zinc ou du strontium car la quantité absorbée peut être réduite. Ils doivent être pris au moins 2 heures avant ou après la prise d'IDEOS.

Ideos®

500 mg/400 UI, pastilles mastiquées
Carbonate de calcium, cholecalciferol (vitamine D3)

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les deux notices sont disponibles sur www.ideos.fr

Les biphosphonates (traitement des problèmes osseux), car l'absorption peut être diminuée. Les prises doivent être espacées d'au moins 3 heures avant ou après la prise d'IDEOS.

Tout autre médicament contenant du calcium ou de la vitamine D pendant votre traitement par IDEOS : cela risquerait d'augmenter la quantité de calcium dans le sang.

Aliments et boissons

Ce médicament est susceptible d'interagir avec certains aliments, par exemple contenant de l'acide oxalique (asperges, rhubarbe, oseille, cacao, thé...), des phosphates (tranchées, jambon, saucisses, fromages fondus, crêpes dessert, boissons au cola...) ou de l'acide phytique (céréales complètes, légumineuses, graines oléagineuses, chocolat...). C'est pourquoi il est recommandé de le prendre à distance des repas contenant ce type d'aliments. Grossesse et allaitement

En cas de grossesse et d'allaitement, ne pas dépasser 1500 mg de calcium et 600 UI par jour de vitamine D3 ; soit 1 comprimé par jour.

Durant l'allaitement, vous pouvez prendre IDEOS. Comme le calcium et la vitamine D3 passent dans le lait maternel, vous devez d'abord consulter votre médecin si votre enfant prend un autre produit contenant de la vitamine D3. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

Informations importantes concernant certains composants d'IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer :

Liste des excipients à effet notable : sorbitol, saccharose, huile de soja.

3. COMMENT PRENDRE IDEOS 500 mg/400 UI, COMPRIMÉS À SUCER OU À CROQUER ?

Posologie

Prenez toujours la posologie indiquée par votre médecin. En cas de doute, consultez votre médecin ou votre pharmacien. La dose habituelle, réservée à l'adulte, est de 2 comprimés par jour.

Si vous avez pris plus de IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer que vous n'auriez dû :

les symptômes suivants peuvent apparaître : anorexie, soif excessive, nausées, vomissements, constipation, douleur abdominale, faiblesse musculaire, fatigue, troubles mentaux, urine abondante, douleurs osseuses, calculs rénaux.

Si de tels effets se manifestent, prévenez immédiatement votre médecin qui prendra les mesures nécessaires.

En cas de surdosage majeur, un arrêt cardiaque peut survenir.

Si vous oubliez de prendre IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer : ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oubliée de prendre.

4. QUELS SONT LES EFFETS INDÉSIRABLES ÉVENTUELS ?

Comme tous les médicaments, IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer est susceptible d'avoir des effets indésirables, bien que tout le monde n'y soit pas sujet.

Effets indésirables peu fréquents (affectant 1 à 10 utilisateurs sur 1 000) : augmentation trop importante du taux de calcium dans le sang et les urines.

Effets indésirables rares (affectant 1 à 10 utilisateurs sur 10 000) : constipation, flatulences, nausées, douleur abdominale, diarrhée, démangeaisons, éruptions cutanées, urticaire.

Des cas d'allergies sévères (hypersensibilité), tels que gonflement du visage, des lèvres, de la langue ou de la gorge ont été rapportés.

Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Si vous oubliez de prendre IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer : ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oubliée de prendre.

5. COMMENT CONSERVER IDEOS 500 mg/400 UI, COMPRIMÉS À SUCER OU À CROQUER ?

Tenez hors de la portée et de la vue des enfants.

Ne pas utiliser IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer après la date de péremption mentionnée sur la boîte.

La date d'expiration fait référence au dernier jour du mois.

A conserver à une température ne dépassant pas 25 °C.

Les médicaments ne doivent pas être jetés au tout ; à jeter ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien ce qu'il faut faire des médicaments inutilisés. Ces mesures permettent de protéger l'environnement.

6. INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

ou contenant IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer ?

Les substances actives sont :

Calcium 500 mg

Quantité correspondant à un carbonate de calcium 1250 mg

Cholecalciferol (vitamine D3) 400 UI

Quantité correspondant à un concentré de cholecalciferol (forme pulvulente) 4 mg

Pour un comprimé.

Les autres composants sont :

Xylitol, sorbitol, povidone, stéarate de magnésium, amidon ctron (préservatifs aromatisés), substances aromatisantes naturelles, maltodextrine, gomme arabique, citrate de sodium, acide citrique, hydroxypropylcellulose butylique, alpha-tocophérol, huile de soja partiellement hydrogénée, gélatine, saccharose, ardoine de maïs.

Ouest-ce que IDEOS 500 mg/400 UI, comprimés à sucer ou à croquer et contenu de l'emballage extérieur ?

Ce médicament se présente sous la forme de comprimés à sucer ou à croquer.

Boîte de 2, 4 tubes en polypropylène de 15 comprimés.

Titulaire : LABORATOIRE INNOTECH INTERNATIONAL, 22 AVENUE ARISTIDE BRAND - 94110 ARCUEIL

Fabricant : INNOTECH CHOUZY
FILIE RENÉE CHANTEREAU - L'YSLE VERT
41150 CHOUZY SUR CISSE

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est le 2 octobre 2012.

• Si l'urine est trouble (présence de sang) ou si vous avez des douleurs lors de la miction, consultez votre médecin.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

• Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si certains effets indésirables deviennent graves, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Oribatel (un medicamento para tratar la obesidad), colestiramina o laxantes, como el aceite de parafina, porque pueden reducir la cantidad de vitamina D3 que absorbe.

Glicósidos cardíacos (medicamentos para tratar los problemas cardíacos), ya que pueden provocar más efectos secundarios si toma demasiado calcio.

Antibióticos como tetraciclina, ya que la cantidad absorbida puede reducirse. Deben tomarse al menos 2 horas antes o 4-6 horas después de tomar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables.

Estimulantes (un medicamento usado en quimioterapia), hormonas de la tiroides o medicamentos que contienen hierro, zinc o estroño, ya que la cantidad absorbida puede reducirse. Deben tomarse al menos 2 horas antes o después de IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables.

Carbón activo (tratamiento para enfermedades digestivas), ya que la cantidad absorbida puede reducirse. Deben tomarse al menos 3 horas antes o después de IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables.

Otros medicamentos que contienen calcio o vitamina D mientras está tomando IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables. Esto puede aumentar el nivel de calcio en la sangre.

Embarazo y lactancia

En caso de embarazo y lactancia, la dosis diaria no debe superar los 1500 mg de calcio y las 600 UI de vitamina D3, sea de vez en cuando y si es así.

Durante la lactancia puede tomar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables. Como el calcio y la vitamina D3 pasan a la leche materna, debe comprobar previamente con su médico si el niño está tomando otros productos que contienen vitamina D3.

Consulte a su médico o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento.

Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables no debería afectar a su capacidad para conducir y utilizar máquinas.

Información importante sobre algunos de los ingredientes de IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables

Lista de excipientes conocidos por provocar una acción o un efecto demarcador: sorbitol, sacarosa, aceite de soja

3. CÓMO TOMAR IDEOS 500 mg/400 UI, PASTILLAS MASTICABLES

Dosificación

Siempre debe tomar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables exactamente como le haya indicado su médico. Si tiene alguna duda, consulte a su médico o farmacéutico. La dosis habitual, solo para adultos, es de una pastilla dos veces al día.

Si ha tomado una cantidad de IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables superior a la que debería: Pueden aparecer los siguientes síntomas: anorexia, sed excesiva, malestar (náuseas), vómitos, estiramiento, dolor abdominal, debilidad muscular, fatiga, problemas de salud mental, aumento de la producción de orina, dolor de huesos y cálculos renales.

En estos casos, deje de tomar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables y consulte de inmediato a su médico al respecto (que decida las acciones a seguir).

En caso de sobredosis prolongada, pueden aparecer depósitos de calcio en los vasos sanguíneos o los tejidos corporales.

En caso de sobredosis grave, puede producirse una parálisis cardíaca.

Ideos®

500 mg/400 UI, comprimidos para mastigar
Caracelo de calcio, co-calciferol (Vitamina D3)

Lea con atención todo este folleto antes de comenzar a tomar este medicamento, pues contiene información importante para sí.

• Conserve este folleto. Puede ser necesario de o leerlo.
• Cielo anda tenga dudas, tal como su médico o farmacéutico.

• Este medicamento foi recebido apenas para si. Não deve dar-lo a outros. O medicamento pode ser-lhes prejudicial mesmo que apresentem os mesmos sinais de doença.
• Se tiver quaisquer efeitos secundários, incluindo possíveis efeitos secundários não indicados neste folheto, tal como o seu médico ou farmacéutico.

1. O QUE É IDEOS 500 mg/400 UIE PARA QUE É UTILIZADO?

SUPLENIMENTO DE VITAMINA D E CALCIO

Este medicamento está indicado para seguiras situações:
• no contexto da deficiência de vitamina D e calcio em idosos;
• como adjuvante do tratamento da osteoporose, quando o aporte de vitamina D e calcio é insuficiente.

2. ANTES DE TOMAR IDEOS 500 mg/400 UI

Não tomar IDEOS 500 mg/400 UI, comprimidos para mastigar

- se for alérgico (hipersensível) à vitamina D ou a qualquer um dos componentes de **Ideos 500 mg/400 UI, comprimidos para mastigar**
- se for alérgico (hipersensível) a amêndoas ou a soja, devido à presença de óleo de soja
- se tiver níveis anormalmente elevados de calcio no sangue (hipercalcémia)
- se estiver a tomar medicamentos que possam interferir com a absorção de vitamina D e calcio
- se estiver a tomar medicamentos que possam interferir com a absorção de vitamina D e calcio

Tomar com atenção todo este folheto antes de começar a tomar este medicamento, pois contém informação importante para si.

- Conserve este folheto. Pode ser necessário de o lerlo.
- Cielo anda tenha dúvidas, tal como o seu médico ou farmacéutico.
- Este medicamento foi recebido apenas para si. Não deve dar-lo a outros. O medicamento pode ser-lhes prejudicial mesmo que apresentem os mesmos sinais de doença.
- Se tiver quaisquer efeitos secundários, incluindo possíveis efeitos secundários não indicados neste folheto, tal como o seu médico ou farmacéutico.

Nesta Folheto:

1. O que é IDEOS 500 mg/400 UI e para que é utilizado
2. Antes de tomar IDEOS 500 mg/400 UI
3. Como tomar IDEOS 500 mg/400 UI
4. Efeitos secundários possíveis
5. Conservação de IDEOS 500 mg/400 UI
6. Outras informações

se sofre de insuficiência renal,
se sofre de problemas renaes, (filtração de urina),
se sofre de pedras nos rins (filtração de urina) ou se tem depósitos de calcio nos rins (hipercalcémia)
se sofre de um excesso de vitamina D (hipervitaminose D)
se sofre de um excesso de calcio

Tomar especial cuidado com IDEOS 500 mg/400 UI:

- se faz um tratamento prolongado a quantidade de calcio no sangue (ionémia) deve ser regularmente controlada. Este controlo é particularmente importante em doentes idosos e quando o tratamento é feito em simultâneo com glicósidos cardíacos (ex. Digoxina) ou diuréticos. Conversemo-nos resultados.
- se faz tratamento simultâneo com calcio e vitamina D em doses elevadas, é necessário tomar este medicamento sob a supervisão do médico.
- se faz tratamento simultâneo com bifenolato, antibióticos da família das tetraciclina, sais de ferro (oral), estroño e zinco, hormonas da tireóide reconstruídas-observar um período mínimo de 2 horas entre a toma destes medicamentos e IDEOS.
- se sofre de sarcoidose ou insuficiência renal.
- se foi dado pelo seu médico que tem intolerância a alguns epígrafes, consulte o médico antes de tomar este medicamento.
- se estiver mobilizado (fuso de hipercalcémia).

As outras informações:

- Ao tomar IDEOS ou seu médico ou farmacéutico se estiver a tomar ou tiver tomado recentemente outros medicamentos, incluindo medicamentos obtidos sem receita médica.
- Por favor informe o seu médico ou farmacéutico se estiver a tomar ou tiver tomado recentemente outros medicamentos, incluindo medicamentos obtidos sem receita médica.

Previdência: (medicamentos utilizados para baixar a pressão arterial), porque podem aumentar os níveis de calcio no seu sangue.

Oribatel (medicamento usado para a obesidade), colestiramina, laxantes do tipo parafina, porque podem reduzir a quantidade de glicósidos cardíacos (medicamentos para tratar problemas cardíacos), porque podem provocar mais efeitos secundários se tomar calcio demais.

Tetraciclina (antibiótico) porque a quantidade absorvida pode ser reduzida. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 2 horas antes ou 4-6 horas após a toma de IDEOS 500mg/400UI, comprimidos para mastigar.

Estimulantes (medicamento usado em quimioterapia), hormonas da tireóide ou medicamentos que contêm ferro, zinco ou estroño, porque as quantidades absorvidas podem ser reduzidas. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 2 horas antes ou após a toma de IDEOS 500mg/400UI.

Bifenolato (para tratamento de esofago), porque a quantidade absorvida pode ser reduzida. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 3 horas antes ou após a toma de IDEOS 500mg/400UI.

Otros medicamentos contendo calcio ou vitamina D enquanto estiver a tomar IDEOS 500mg/400UI. Esta situação pode aumentar os níveis de calcio no seu sangue.

Ao tomar IDEOS 500mg/400UI com alimentos e bebidas:

Existe a possibilidade de ocorrência de interações com alimentos contendo, por exemplo, ácido oxálico (espinafho, ruibarbo, cacau, chá.), fosfatos (carne de porco, presunto, produtos de salchicharia, queijos curados, sobremesas lácteas, bebidas com cola,) ou ácido fítico (cereais completos, vegetais secos,

Se se esquece de tomar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables: No tome una dose doble para compensar la dosis olvidada.

4. POSÍBLES EFECTOS SECUNDARIOS

Al igual que todos los medicamentos, IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables puede provocar efectos secundarios, aunque no todas las personas los experimentan.

Efectos secundarios poco habituales (afectan a 1 de 10 usuarios de cada 1.000): excreción de niveles de calcio en la sangre o la orina. Efectos secundarios muy raros (afectan a 1 de 10.000 usuarios de cada 10.000): estiramiento, náuseas, molestias (náuseas), dolor abdominal, diarrea, picor, erupciones cutáneas y urticaria.

Se han comunicado casos de reacciones alérgicas (hipersensibilidad grave), como hinchazón del rostro, labios, lengua o garganta.

Si cualquiera de los efectos secundarios se agrava o si nota cualquier efecto secundario no enumerado en este prospecto, consulte a su médico o farmacéutico.

5. CONSERVACIÓN DE IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables

• Mantener fuera de la vista y del alcance de los niños.
• No usar IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables después de la fecha de caducidad indicada en la caja.
• No almacenar por encima de los 25 °C.

Los medicamentos no deben desecharse en el agua residual ni en la basura doméstica. Pregunte a su farmacéutico cómo debe desechar los medicamentos que ya no necesita. Estas medidas ayudan a proteger el medio ambiente.

6. MÁS INFORMACIÓN

¿QUÉ contiene IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables?
Las sustancias activas son:

Calcio	500 mg
Cantidad correspondiente de carbonato de calcio	1250 mg
Co-calciferol (vitamina D3)	400 UI
Cantidad correspondiente de concentrado de co-calciferol (en forma de polvo)	4 mg

En una pastilla.

El resto de ingredientes son:

Xilitol, sorbitol, povidona, estearato de magnesio, sabor de limón (preparado aromatizante), sustancias aromatizantes naturales, metilcelulosa, ácido cítrico sódico, butilidroxianisole, allicofenol, aceite de soja parcialmente hidrogenado, gelatina, sacarina y amido de maíz.

Aspecto de IDEOS 500 mg/400 UI, pastillas masticables y contenido del envase

Pastilla masticable.

Envase de 2, 4 tubos de polipropileno con 15 pastillas.

Título de la autorización de comercialización
LABORATOIRE INNOTECH INTERNATIONAL
22 AVENUE ARISTIDE BRAND
94110 ARCIEL

Fabricante

INNOTHERA CHOUZY
RUE RENE CHANTREAU
LISLE VERT
41150 CHOUZY SUR Cisse

delegados: chocolate,.) Asimismo, ao tomar IDEOS, deve evitar este tipo de alimentos.

Gravidez e aleitamento

Em caso de gravidez e aleitamento, a dose diária não deve exceder 1500 mg de calcio e 600 UI de vitamina D3, isto é, um comprimido por dia.

Durante o aleitamento pode utilizar IDEOS 500mg/400UI. Como o calcio e a vitamina D3 passam para o leite materno deve verificar junto do seu médico se o bebé está a ingerir outros produtos contendo vitamina D3.

Consulte o seu médico ou farmacéutico antes de tomar qualquer medicamento.

Efetos sobre a capacidade de conduzir e utilizar máquinas IDEOS, comprimidos para mastigar, não interfere com a capacidade de conduzir e utilizar máquinas.

Informação importante sobre alguns dos componentes de IDEOS

Lista de excipientes com ação ou efeito reconhecido: sorbitol, sacarosa, óleo de soja.

3. COMO TOMAR IDEOS 500 mg/400 UI

Tomar sempre IDEOS 500 mg/400 UI, de acordo com as instruções do seu médico. Em caso de dúvida, consulte o seu médico ou farmacéutico. A dose habitual, apenas para os adultos, é de um comprimido duas vezes ao dia.

Se tomou mais IDEOS 500 mg/400 UI do que devia podem ocorrer os seguintes sintomas : inoréxia, sede excessiva, vómitos, estiramento, dor abdominal, fraqueza muscular, fadiga, distúrbios mentais, urinar em maior quantidade, dores nos ossos, pedras nos rins.

No caso de aparecimento de algum destes sintomas, interrompa imediatamente o tratamento com IDEOS e consulte o seu médico para que este adote de imediato, as medidas necessárias.

No caso de sobredosagem prolongada, podem ocorrer alterações em vasos sanguíneos ou em tecidos. Em casos extremos de sobredosagem pode ocorrer comprometimento cardíaco.

Caso se tenha esquecido de tomar IDEOS 500 mg/400 UI: Não tome uma dose a dobrar para compensar uma dose que se esqueceu de tomar.

Se parou de tomar IDEOS 500 mg/400 UI: Não aplique.

4. EFETOS SECUNDARIOS POSSÍVEIS

Como todos os medicamentos IDEOS 500 mg/400 UI, pode causar efeitos secundários, no entanto estes não se manifestam em todas as pessoas.

Efeitos secundários pouco frequentes (afectam 1 a 10 utilizadores em cada 1000): níveis excessivos de calcio no sangue ou na urina.

Efeitos secundários raras (afectam 1 a 10 utilizadores em cada 10.000): desidratação, fadiga, sede, náuseas, vômitos, estiramento, dor abdominal, fraqueza muscular, fadiga, distúrbios mentais, urinar em maior quantidade, dores nos ossos, pedras nos rins.

No caso de aparecimento de algum destes sintomas, interrompa imediatamente o tratamento com IDEOS e consulte o seu médico para que este adote de imediato, as medidas necessárias.

No caso de sobredosagem prolongada, podem ocorrer alterações em vasos sanguíneos ou em tecidos. Em casos extremos de sobredosagem pode ocorrer comprometimento cardíaco.

Caso se tenha esquecido de tomar IDEOS 500 mg/400 UI: Não tome uma dose a dobrar para compensar uma dose que se esqueceu de tomar.

5. COMO CONSERVAR IDEOS 500 mg/400 UI

Mantenha fora do alcance e da vista das crianças. Não utilize IDEOS 500 mg/400 UI após o prazo de validade impresso na embalagem exterior. O prazo de validade corresponde ao último dia do mês indicado.

Não conservar acima de 25 °C.

Os medicamentos não devem ser eliminados na canalização ou no lixo doméstico. Pergunte ao seu farmacéutico como eliminar os medicamentos de que já não necessita. Estas medidas irão ajudar a proteger o ambiente.

6. OUTRAS INFORMAÇÕES

Qual é a COMPOSIÇÃO de IDEOS 500 mg/400 UI, comprimidos para mastigar:

AA substâncias ativas por comprimido são:	
Calcio	500 mg
Correspondente à seguinte quantidade de carbonato de calcio	1250 mg
Co-calciferol (vitamina D3)	400 UI
Correspondente à seguinte quantidade de co-calciferol concentrado (po)	4 mg

Por um comprimido.

As outras informações são:

• Ao tomar IDEOS ou seu médico ou farmacéutico se estiver a tomar ou tiver tomado recentemente outros medicamentos, incluindo medicamentos obtidos sem receita médica.

• Por favor informe o seu médico ou farmacéutico se estiver a tomar ou tiver tomado recentemente outros medicamentos, incluindo medicamentos obtidos sem receita médica.

Previdência: (medicamentos utilizados para baixar a pressão arterial), porque podem aumentar os níveis de calcio no seu sangue.

Oribatel (medicamento usado para a obesidade), colestiramina, laxantes do tipo parafina, porque podem reduzir a quantidade de glicósidos cardíacos (medicamentos para tratar problemas cardíacos), porque podem provocar mais efeitos secundários se tomar calcio demais.

Tetraciclina (antibiótico) porque a quantidade absorvida pode ser reduzida. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 2 horas antes ou 4-6 horas após a toma de IDEOS 500mg/400UI, comprimidos para mastigar.

Estimulantes (medicamento usado em quimioterapia), hormonas da tireóide ou medicamentos que contêm ferro, zinco ou estroño, porque as quantidades absorvidas podem ser reduzidas. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 2 horas antes ou após a toma de IDEOS 500mg/400UI.

Bifenolato (para tratamento de esofago), porque a quantidade absorvida pode ser reduzida. Estes medicamentos devem ser tomados pelo menos 3 horas antes ou após a toma de IDEOS 500mg/400UI.

Otros medicamentos contendo calcio ou vitamina D enquanto estiver a tomar IDEOS 500mg/400UI. Esta situação pode aumentar os níveis de calcio no seu sangue.

Ao tomar IDEOS 500mg/400UI com alimentos e bebidas:

Existe a possibilidade de ocorrência de interações com alimentos contendo, por exemplo, ácido oxálico (espinafho, ruibarbo, cacau, chá.), fosfatos (carne de porco, presunto, produtos de salchicharia, queijos curados, sobremesas lácteas, bebidas com cola,) ou ácido fítico (cereais completos, vegetais secos,