

## Uputa o lijeku: Informacije za korisnika

### Planinski čaj za čišćenje

senin list, krkavinina kora, kamiličin cvijet, plod gorkoga komorača,  
borovičina smrekinja, list paprene metvice, kimov plod

#### **Pažljivo pročitajte cijelu uputu prije nego počnete uzimati ovaj lijek jer sadrži Vama važne podatke.**

Uvijek uzimajte ovaj lijek točno kako je opisano u ovoj uputi ili kako su Vam rekli Vaš liječnik ili ljekarnik.

- Sačuvajte ovu uputu. Možda ćete je trebati ponovno pročitati.
- Ako trebate dodatne informacije ili savjet obratite se svom liječniku ili ljekarniku.
- Ako primijetite bilo koju nuspojavu, potrebno je obavijestiti Vašeg liječnika ili ljekarnika. To uključuje i svaku moguću nuspojavu koja nije navedena u ovoj uputi. Pogledajte dio 4.
- Obavezno se obratite Vašem liječniku ako se ne osjećate bolje ili ako se osjećate lošije nakon 7 dana.

#### **Ova uputa o lijeku sadrži:**

1. Što je Planinski čaj za čišćenje i za što se koristi?
2. Prije nego počnete uzimati Planinski čaj za čišćenje
3. Kako uzimati Planinski čaj za čišćenje?
4. Moguće nuspojave
5. Kako čuvati Planinski čaj za čišćenje?
6. Sadržaj pakiranja i druge informacije

#### **1. Što je Planinski čaj za čišćenje i za što se koristi?**

Planinski čaj za čišćenje je tradicionalni biljni lijek koji djeluje tako što olakšava pražnjenje crijeva (laksativno djelovanje).

Koristi se za kratkotrajnu primjenu u slučaju povremenog zatvora stolice (neredovita, oskudna, tvrda i suha stolica, uz otežano pražnjenje crijeva i osjećaj nepotpunog pražnjenja) odraslih i djece starije od 12 godina.

Primjena kod naznačene indikacije temelji se na iskustvu iz njegove dugotrajne primjene.

#### **2. Prije nego počnete uzimati Planinski čaj za čišćenje**

##### **Nemojte uzimati Planinski čaj za čišćenje**

- ako ste preosjetljivi (alergični) na neku od djelatnih tvari lijeka (navedene u dijelu 6),
- kod zapletaja ili suženja crijeva, poteškoća u pražnjenju crijeva praćene povećanjem vremenskog intervala između stolica, zatvorom i lijanim opuštenim crijevima,
- ako imate upalu slijepog crijeva,
- kod upalne bolesti crijeva (Chronova bolest, ulcerozni kolitis),
- kod bolova u truhu nejasnog uzroka, teške dehidracije s posljedičnim nedostatkom vode i elektrolita,
- kod analne fisure, ulceroznih hemoroida, upale sluznice rektuma (proktitis)
- ako ste mlađi od 12 godina.

##### **Budite oprezni s Planinskim čajem za čišćenje ukoliko koristite neke od navedenih lijekova**

- lijekove koji se koriste kod bolesti srca (glikozide digitalisa i/ili antiaritmike),
- lijekove koji mogu izazvati produljenje QT-intervalu (stanje karakterizirano abnormalnošću električne

aktivnosti srca),

- lijekove koji pospješuju izlučivanje vode iz organizma (diuretike),
- kortikosteroide,
- korijen sladića.

Ako se nešto od gore navedenog odnosi na Vas ili niste sigurni javite se svom liječniku.

### **Upozorenja i mjere opreza**

Prije primjene laksativa (laksativi izazivaju pražnjenje crijeva) važno je utvrditi uzrok zatvora te biti siguran da zatvor nije uzrokovan nekim nedijagnosticiranim stanjem.

Ukoliko je laksativ potreban svakodnevno, nužno je otkriti uzrok.

Dugotrajnu primjenu laksativa, tako i Planinskog čaja za čišćenje, treba izbjegavati.

Ovaj lijek se ne smije koristiti u bolesnika s impaktiranom stolicom ili nedijagnosticiranim, akutnim ili trajnim probavnim smetnjama poput boli u trbuhu, mučnine ili povraćanja osim ako liječnik nije savjetovao primjenu, jer navedeni simptomi mogu biti znak potencijalnog ili postojećeg zapletaja crijeva.

Primjena u kontinuitetu dužem od preporučenih 1–2 tjedna može izazvati poremećaj funkcije crijeva te „navikavanje“ crijeva na ovakav oblik pražnjenja.

Redovitost u pražnjenju crijeva može varirati bez ikakvih štetnih posljedica te ne treba odmah pribjeći uporabi laksativnog sredstva.

Ovaj lijek treba koristiti samo ako se učinak ne može postići promjenom prehrane ili primjenom tvari koje bubre.

Ukoliko se ovaj lijek daje bolesniku koji ne može kontrolirati stolicu, potrebna je učestalija promjena pelena kako bi se spriječila nadraženost kože.

U bolesnika s poremećajem funkcije bubrega mogući je poremećaj elektrolita kod primjene ovog lijeka.

Ne smije se primjenjivati kod djece mlađe od 12 godina.

### **Uzimanje drugih lijekova s Planinskim čajem za čišćenje**

Ukoliko koristite druge lijekove, uključujući i lijekove koji se mogu pribaviti bez recepta, prije početka korištenja Planinskog čaja za čišćenje potrebno je obavijestiti svog liječnika ili ljekarnika.

Ubrzani prolaz sadržaja kroz crijeva može smanjiti djelovanje određenih lijekova.

Istovremena primjena s lijekovima koji mogu izazvati gubitak kalija (kao što su: diuretici, kortikosteroidi, korijen sladića) može dovesti do poremećaja elektrolita (poremećaj koncentracije natrija, kalija, kalcija) u krvi.

Gubitak kalija može pojačati učinak lijekova za liječenje srčanih bolesti (na primjer: digitalisa te nekih antiaritmika poput kinidina) te lijekova koji uzrokuju produljenje QT intervala.

Značajne interakcije s drugim lijekovima nisu zabilježene.

### **Trudnoća, dojenje i plodnost**

Ako ste trudni ili dojite ili planirate trudnoću obratite se svom liječniku ili ljekarniku za savjet prije nego uzmete ovaj lijek.

Primjenu ovog lijeka treba izbjegavati tijekom cijele trudnoće.

Primjena ovog lijeka tijekom dojenja se ne preporučuje, jer nema dovoljno podataka da li se djelatne tvari izlučuju u majčino mlijeko.

### **Upravljanje vozilima i strojevima**

Podaci o utjecaju na sposobnost rada na strojevima i upravljanja vozilima nisu dostupni.

Nije poznat štetan učinak na sposobnost upravljanja vozilima i rada sa strojevima.

### **3. Kako uzimati Planinski čaj za čišćenje?**

Ovaj lijek uvijek uzimajte kako je navedeno u ovoj uputi ili kako Vam je rekao Vaš liječnik ili ljekarnik. Ako niste sigurni provjerite sa svojim liječnikom ili ljekarnikom.

Maksimalna dnevna doza hidroksiantracenskih glikozida je 30 mg, što iznosi 1,25 g biljnog čaja. Preporučena pojedinačna doza je najmanja doza koja je potrebna za nastanak meko formirane stolice.

#### **Odrasli, djeca starija od 12 godina i starije osobe**

uzimaju 1 odmjernu žličicu Planinskog čaja za čišćenje jednom na dan.

Preporučuje se popiti navečer prije spavanja. Djelovanje ovog lijeka nastupa u roku od 8 do 12 sati.

#### **Način primjene**

1 odmjernu žličicu čaja (1,25 g) i sadrži najmanje 21,25 mg hidroksiantracenskih glikozida) preliterati sa 200 ml kipuće vode, ostaviti u pokrivenoj posudi 10 minuta, procijediti, zasladiti po želji i popiti dok je toplo.

#### **Trajanje primjene**

Obično je dovoljno koristiti ovaj lijek 2-3 puta tjedno.

Ne preporučuje se primjena duža od 1-2 tjedna, bez liječničkog nadzora.

Ukoliko tijekom liječenja ne dođe do povlačenja simptoma, potrebno je savjetovati se s liječnikom ili ljekarnikom.

Ako imate osjećaj da je djelovanje lijeka prejako ili preslabo obavijestite svog liječnika ili ljekarnika.

#### **Ako uzmete više Planinskog čaja za čišćenje nego što ste trebali**

mogu se pojaviti bolni grčevi crijeva ili može doći do proljeva koji može dovesti do poremećaja ravnoteže vode i elektrolita u organizmu, posebice kalija. U tom slučaju, potrebno je prekinuti s uporabom ovog lijeka i javiti se liječniku radi nadoknade tekućine i elektrolita.

#### **Ako ste zaboravili uzeti Planinski čaj za čišćenje**

Nemojte uzeti dvostruku količinu sljedeći put.

Nastavite s uzimanjem lijeka prema preporuci liječnika ili u skladu s ovom uputom.

U slučaju bilo kakvih nejasnoća ili pitanja u vezi s primjenom ovog lijeka obratite se svom liječniku ili ljekarniku.

### **4. Moguće nuspojave**

Vrlo rijetke nuspojave (<1/10000):

- Planinski čaj za čišćenje može uzrokovati simptome poremećaja probavnog trakta: bolove u trbuhu i grčeve, proljev, posebice u bolesnika s iritabilnim kolonom. Međutim, navedeni simptomi se mogu javiti i kao posljedica iritabilnog predoziranja. U tim slučajevima, potrebno je smanjiti dozu.

Nepoznato (učestalost se ne može procijeniti iz dostupnih podataka):

- Može doći do pojave simptoma poremećaja imunološkog sustava - mogu nastati reakcije preosjetljivosti (svrbež, osip, lokalizirani ili generalizirani ekcem).
  - Kronična primjena može uzrokovati simptome poremećaja metabolizma - poremećaj elektrolita te dovesti do albuminurije i hematurije. Proljev može uzrokovati nedostatak kalija, koji može uzrokovati srčane poremećaje i asteniju mišića, posebice kod istovremene primjene srčanih glikozida, diuretika, kortikosteroida i korijena sladića.
  - Nadalje, kao posljedica kronične primjene, može doći do pojave simptoma poremećaja probavnog trakta - pigmentacije crijeva (pseudomelanosis coli) koja se obično povlači kada bolesnik prestane koristiti senu.
- Zbog izlučivanja metabolita, može doći do pojave žute do crvenosmeđe boje urina (ovisno o pH), što nije klinički značajno.

### **Prijavljivanje nuspojava**

Ako primijetite bilo koju nuspojavu, potrebno je obavijestiti Vašeg liječnika ili ljekarnika. To uključuje i svaku moguću nuspojavu koja nije navedena u ovoj uputi. Nuspojave možete prijaviti izravno putem nacionalnog sustava za prijavu nuspojava: [navedenog u Dodatku V](#).

Prijavljivanjem nuspojava možete pridonijeti u procjeni sigurnosti ovog lijeka.

## **5. Kako čuvati Planinski čaj za čišćenje?**

Ovaj lijek čuvajte izvan pogleda i dohvata djece.

Ovaj lijek treba čuvati u originalnom pakiranju zaštićeno od svjetlosti i vlage, na temperaturi do 25 °C.

Ovaj lijek se ne smije upotrijebiti nakon isteka roka valjanosti navedenog na unutarnjem i vanjskom pakiranju.

Rok valjanosti odnosi se na zadnji dan navedenog mjeseca.

## **6. Sadržaj pakiranja i druge informacije**

### **Što Planinski čaj za čišćenje sadrži**

1 g biljnog čaja sadrži:

0,400 g senina lista (*Cassia senna* L. (*C. acutifolia* Delile) i/ili *C. angustifolia* Vahl, folium) što odgovara 10 do 12 mg hidroksiantracenskih glikozida, izračunano kao senozid B

0,200 g krkavinine kore (*Rhamnus frangula* L. (*Frangula alnus* Miller, cortex), što odgovara 14 do 24 mg glukofrangulina, izraženo kao glukofrangulin A

0,150 g kamiličina cvijeta (*Matricaria recutita* L. (*Chamomilla recutita* (L.) Rauschert), flos)

0,075 g ploda gorkoga komorača (*Foeniculum vulgare* Miller sp. *vulgare* var. *vulgare*, fructus)

0,075 g borovičinih smrekinja (*Juniperus communis* L., Juniperi galbulus)

0,050 g lista paprene metvice (*Mentha x piperita* L., folium)

0,050 g kimova ploda (*Carum carvi* L., fructus)

### **Kako Planinski čaj za čišćenje izgleda i sadržaj pakiranja**

Planinski čaj za čišćenje je biljni čaj.

Sadržaj pakiranja je 75 g.

Čaj je pakiran u prozirnu polipropilensku vrećicu te potom u kartonsku kutiju. U kutiji se nalazi odmjerna žličica i uputa o lijeku.

**Nositelj odobrenja za stavljanje lijeka u promet i proizvođač**

Trešnjevka laboratorij d.o.o. za proizvodnju lijekova i usluge, Jukićeva 32, 10000 Zagreb

**Način i mjesto izdavanja lijeka**

Lijek se izdaje bez recepta, u ljekarni.

**Ova uputa je zadnji puta revidirana u kolovozu 2017.**