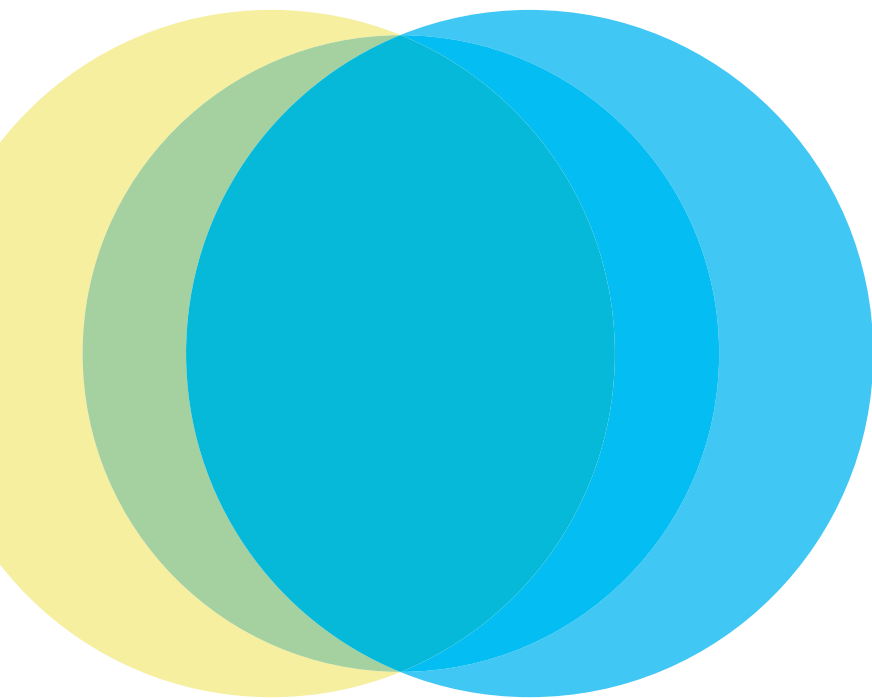




**TILL DIG SOM SKA BEHANDLAS
MED TRIDEPOS[®]**

MEDA



VARFÖR HAR DU FÅTT TRIDEPOS?

Din läkare har förskrivit Tridepos till dig för att behandla osteoporos, även kallat benskörhet. Tridepos är en kombinationsförpackning med två olika sorters tabletter som innehåller alendronat och kalcium/vitamin D.

Tillsammans minskar kombinationen av alendronat och kalcium/vitamin D risken för benbrott i ryggkotor och höft, genom att göra skelettet starkare och återställa nivåerna av kalcium och vitamin D.

VAD ÄR OSTEOPOROS?

Osteoporos betyder "poröst ben", vilket beskriver tillståndet väl. Osteoporos påverkar skelettet så att det blir tunnare och svagare, vilket ökar risken för benbrott. Obehandlad osteoporos kan leda till att skelettet blir så skört att en fraktur kan uppstå av så enkla saker som att man stöter i något för hårt, som i normala fall inte skulle orsaka en fraktur. Oftast är det ryggraden, handleder eller höfter som drabbas av frakturer, men hela skelettet kan påverkas.

Behandling minskar risken för frakturer

Om man har osteoporos är det viktigt att få behandling och att fullfölja den enligt läkarens rekommendationer. Genom att behandla med alendronat i kombination med kalcium/vitamin D-tabletter minskar du risken för att drabbas av till exempel höft- eller kotfrakturer.

En tyst sjukdom som inte alltid märks

Själva sjukdomen osteoporos gör inte ont och i de tidiga stadierna har man ofta inga symtom alls. Därför kallas tillståndet för en "tyst sjukdom" som ofta inte märks förrän en fraktur uppstår. Då kan man uppleva till exempel ryggvärk från en hopsjunken eller bruten ryggkota, framåtlutad hållning och minskad kroppslängd.

Din läkare har nu ordinerat att du ska behandlas med Tridepos för att förebygga ytterligare benbrott. Du kan även ta hand om din kropp och ditt skelett genom motion och en kost rik på kalcium och vitamin D. Du kan även få i dig vitamin D genom att exponera dig lagom mycket för solen.

SÅ TAR DU TRIDEPOS

På insidan av varje förpackning finns ett doseringsschema och tydliga anvisningar hur du tar tabletterna.

Följ instruktionerna noggrant och avsluta aldrig din behandling utan att först rådfråga din läkare.

- **OBS! Dag 1 tar du alendronat på morgonen, innan du äter, dricker eller tar andra läkemedel.**
- Svälj tabletten hel, tillsammans med ett glas vatten (200 ml). Tugga eller sug inte på tabletten.
- Ta alendronat stående eller sittande, för att minska risken för magbiverkningar.
- Ät eller drick inte förrän 30 minuter har gått från att du tog alendronat.
- **OBS! Ligg inte ner de närmaste 30 minuterna efter du har tagit alendronat.**

Du ska **inte** ta alendronat och kalcium/vitamin D på samma dag.

- **Dag 2-7** tar du en tablett kalcium/vitamin D per dag. Ta tabletten tillsammans med ett glas vatten, gärna på morgonen.

Mat, dryck och andra läkemedel

Mat och dryck kan påverka hur tabletterna fungerar. Därför ska du vänta minst 30 minuter med att

äta (inklusive andra läkemedel) eller dricka något efter du har tagit alendronat. Tridepos kan även påverka hur andra läkemedel fungerar i kroppen, berätta för din läkare om du använder några andra mediciner. Du kan läsa mer i bipacksedeln som följer med förpackningen. Tveka inte att tala med din läkare eller apotekspersonal om du har frågor.

A endronattablett

Veckotablett

Dag 1

- Ta alendronattabletten på morgonen innan du äter, dricker eller tar andra läkemedel.
- Svälj den med minst 200 ml vanligt vatten.
- Svälj den hel. Får ej krossas, sugas på eller tuggas.
- Ta tabletten i upprätt läge (du kan sitta eller stå).
- **Ligg inte ner** och ät eller drick inte inom 30 minuter efter att du har tagit din tablett.

Ta **INTE** din alendronattablett och kalcium/vitamin D3-tabletter på samma dag. Kalcium kan minska upptaget av alendronat.

Alendronattablett: En tablett innehåller natriumalendronat-trihydrat motsvarande 70 mg alendronsyra. Innehåller även laktos.

DAG 1 

Se bipacksedeln för ytterligare information.

89989

Kalcium/vitamin D3-tabletter

DAG 2 	 DAG 3
DAG 4 	 DAG 5
DAG 6 	 DAG 7

Dag 2 till 7

- Tag en kalcium/vitamin D3-tablett dagligen.
- Svälj den med vatten.

Kalcium/vitamin D3-tablett: En tablett innehåller kalciumkarbonat motsvarande 500 mg kalcium och 800 IE (20 mikrogram) kolekalciferol (vitamin D₃). Innehåller även sackaros.

89988

OM TRIDEPoS

Du får Tridepos i en kombinationsförpackning som innehåller två olika läkemedel – alendronat och kalcium/vitamin D – som tillsammans verkar för att göra skelettet starkare igen och på så sätt minska risken för ytterligare benbrott.

Tridepos kommer i smidiga plånboksförpackningar, där varje förpackning räcker för en veckas behandling. Tridepos består av en veckotablett alendronat och sex kalcium/vitamin D-tabletter. I förpackningen finns även instruktioner om hur du ska ta dina läkemedel, för att göra din behandling så enkel som möjligt och säkerställa att tabletterna tas på rätt sätt.

FÖLJ DOSERINGSSCHEMAT

Den bästa behandlingen är den som tas. För att Tridepos ska kunna hjälpa dig på bästa sätt, är det faktiskt mycket viktigt att du tar tabletterna enligt doseringsschemat som finns i förpackningen. Även om du inte känner av din osteoporos, är det mycket viktigt att du fortsätter behandlingen med Tridepos så länge din läkare ordinerar det.

Ta gärna tabletterna samma tidpunkt varje dag, så blir det lättare för dig att komma ihåg. Fråga din läkare eller apoteks-personal om du har frågor om hur du ska ta Tridepos.



ALENDRONAT

Alendronat är en så kallad bisfosfonat som hämmar de bennedbrytande cellerna och därigenom minskar risken för nya frakturer.

KALCIUM/VITAMIN D

Kalcium är en mineral som behövs för att skelettet ska växa normalt och bidrar till att förebygga osteoporos. Kalciumbrist kan påskynda förlusten av benvävnad och öka risken för frakturer.

Vitamin D hjälper kroppen att absorbera kalcium från tarmarna, vilket är nödvändigt för normal benutveckling.

Alendronat och kalcium/vitamin D hjälper tillsammans skelettet på olika sätt, dels genom att hämma nedbrytningen och dels förse skelettet med byggstenar som behövs för uppbyggnaden. Därför är det viktigt att du tar både alendronat och kalcium/vitamin D enligt anvisningarna och inte hoppar över någon tablett.

Bristguiden.se

På bristguiden.se hittar du mer information om osteoporos och vad du själv kan göra för att må bättre.

Tridepos® (veckotablett alendronsyra 70 mg och tablett kalcium 500 mg/vitamin D₃ 800 IE (20 µg)).

Indikation: Behandling av postmenopausal osteoporos hos patienter med risk för kalcium- och vitamin D-brist, för att minska risken för kot- och höftfrakturer. **ATC-kod:** M05BB05. Receptbelagd. Inom läkemedelsförmånen. **Dosering:** 1 tablett dagligen. Produktresumén är granskad 2016-08-11. För mer information samt pris, se www.fass.se

MEDA

Meda AB, Box 906, 170 09 Solna. Tel: 08 630 19 00.
E-post: info@medasverige.se www.medasverige.se