

# Rheuma-Hek<sup>®</sup> 600 mg

Filmtabletten

Wirkstoff: Brennnesselblätter-Trockenextrakt

Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.**

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn keine Besserung eintritt oder sich Ihre Symptome verschlimmern, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.

## Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Rheuma-Hek und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme beachten?
  - 2.1 Nicht einnehmen
  - 2.2 Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen
  - 2.3 Wechselwirkungen
  - 2.4 Hinweise zu sonstigen Bestandteilen
3. Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Rheuma-Hek aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

## 1. Was ist Rheuma-Hek und wofür wird es angewendet?

Rheuma-Hek ist ein pflanzliches Arzneimittel bei Muskel- oder Gelenkschmerzen.

Es wird zur unterstützenden Behandlung rheumatischer Beschwerden angewendet.

- wenn Sie Erkrankungen haben, bei denen auf eine reduzierte Flüssigkeitsaufnahme geachtet werden muss (z. B. schwere Herz- oder Nierenerkrankungen).

## 2.2 Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

### Wann ist besondere Vorsicht bei der Einnahme erforderlich?

Sie sollten einen Arzt aufsuchen, wenn Sie akute Gelenkschmerzen mit Rötung, Schwellung oder Überwärmung des Gelenks oder mit Fieber haben.

Wenn sich Ihre Beschwerden während der Anwendung des Arzneimittels verschlimmern, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Wenn Sie an der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) leiden, sollten Sie vor der Einnahme von Rheuma-Hek einen Arzt befragen. Möglicherweise sind Kontrollen des Blutzuckers notwendig (siehe auch Abschnitt 4. Nebenwirkungen).

Bei gleichzeitiger Anwendung von Rheuma-Hek kann die Wirksamkeit von Vitamin-K-Antagonisten abgeschwächt

## 2. Was sollten Sie vor der Einnahme beachten?

### 2.1 Nicht einnehmen

#### Sie dürfen Rheuma-Hek nicht einnehmen,

- wenn Sie allergisch gegen Brennnessel oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.

sein. Das sind blutgerinnungshemmende Mittel vom Cumarin-Typ (Phenprocoumon: Handelsname z.B. Marcumar®, Marcuphen®, Falithrom® oder Warfarin: Handelsname Coumadin®). Deshalb kann es notwendig sein, dass die Dosierung dieser Arzneimittel angepasst werden muss. Wenn Sie Rheuma-Hek und gleichzeitig eines der hier aufgeführten blutgerinnungshemmenden Arzneimittel einnehmen, sollten Sie den Rat Ihres behandelnden Arztes einholen (siehe auch Abschnitt 2.3 Wechselwirkungen).

#### **Was ist bei Kindern zu beachten?**

Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern unter 12 Jahren liegen keine ausreichenden Erkenntnisse vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden.

#### **Schwangerschaft, Stillzeit und Fortpflanzungsfähigkeit**

Wenn Sie schwanger sind oder stillen oder wenn Sie vermuten schwanger zu sein oder beabsichtigen, schwanger zu werden, fragen Sie vor der Einnahme dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat. Da keine ausreichenden Untersuchungen zur Anwendung dieses Arzneimittels in Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, wird die Anwendung von Rheuma-Hek in Schwangerschaft und Stillzeit nicht empfohlen.

Es liegen keine Daten zum Einfluss von Rheuma-Hek auf die Fortpflanzungsfähigkeit vor.

#### **Auswirkungen auf die Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen**

Es sind keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen erforderlich.

#### **2.3 Wechselwirkungen**

Arzneimittel können sich gegenseitig beeinflussen, so dass ihre Wirkung dann stärker oder schwächer ist als gewöhnlich. Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen haben oder beabsichtigen, andere Arzneimittel einzunehmen.

#### **Was ist zu beachten, wenn Sie gleichzeitig andere Arzneimittel einnehmen?**

Antidiabetika (Blutzucker senkende Arzneimittel): Eine Wechselwirkung mit Antidiabetika kann nicht ausgeschlossen werden.

Blutgerinnungshemmende Arzneimittel (Antikoagulanten, z.B. Vitamin-K-Antagonisten): Rheuma-Hek forte enthält in geringen Mengen Vitamin K. Falls Sie gleichzeitig mit einem Vitamin-K-Antagonisten (Phenprocoumon: Handelsnamen z.B. Marcumar®, Marcuphen®, Falithrom® oder Warfarin: Handelsname Coumadin®) zur Beeinflussung der Blutgerinnung behandelt werden, kann es zur Abschwächung der Wirksamkeit dieser Arzneimittel kommen. Daher ist während der Einnahme und bis zu 2 Wochen nach Absetzen von Rheuma-Hek eine

wiederholte Kontrolle von Parametern der Blutgerinnung (INR, Quick-Wert) notwendig.

#### **2.4 Hinweise zu sonstigen Bestandteilen**

Dieses Arzneimittel enthält Lactose (Milchzucker). Bitte nehmen Sie Rheuma-Hek erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

Rheuma-Hek enthält weniger als 1 mmol (23 mg) Natrium pro Dosiereinheit, d.h. es ist nahezu „natriumfrei“.

---

### **3. Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?**

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach der mit Ihrem Arzt oder Apotheker getroffenen Absprache ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

#### **Die empfohlene Dosis beträgt**

Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die empfohlene Dosis für Erwachsene und Heranwachsende ab 12 Jahren:

#### **2-mal täglich 1 Filmtablette**

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Rheuma-Hek zu stark oder zu schwach ist.

#### **Senioren**

Für abweichende Dosierungsangaben liegen keine Daten vor.

#### **Patienten mit Leber- oder Nierenfunktionsstörungen**

Für abweichende Dosierungsangaben liegen keine Daten vor.

#### **Wie ist Rheuma-Hek einzunehmen?**

Nehmen Sie die Filmtabletten morgens und abends nach den Mahlzeiten ein. Trinken Sie dazu ausreichend, vorzugsweise ein Glas Wasser (200 ml), dann lässt sich die Filmtablette leichter schlucken.

#### **Wie lange dürfen Sie Rheuma-Hek einnehmen?**

Wenn Ihre Beschwerden während der Anwendung des Arzneimittels länger als 4 Wochen andauern, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

**Wenn Sie eine größere Menge Rheuma-Hek eingenommen haben als Sie sollten**, benachrichtigen Sie bitte einen Arzt. Dieser kann über gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen entscheiden. Möglicherweise treten die unten aufgeführten Nebenwirkungen verstärkt auf.

Vergiftungen mit Zubereitungen aus Brennnessel sind bisher nicht bekannt geworden.

**Wenn Sie die Einnahme von Rheuma-Hek vergessen haben**, nehmen Sie beim nächsten Mal nicht die doppelte Dosis ein. Fahren Sie mit der Einnahme so fort, wie von Ihrem Arzt verordnet oder in der Dosierungsanleitung beschrieben.

Wenn Sie weitere Fragen zur Einnahme dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

---

## 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

---

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen. Bei der Bewertung von Nebenwirkungen werden folgende Häufigkeitsangaben zugrunde gelegt:  
Gelegentlich: 1 bis 10 Behandelte von 1.000  
Selten: 1 bis 10 Behandelte von 10.000  
Sehr selten: weniger als 1 Behandelter von 10.000  
Nicht bekannt: Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar

### Mögliche Nebenwirkungen

Häufigkeit nicht bekannt: Magen-Darm-Beschwerden wie Übelkeit, Durchfall und Erbrechen  
Häufigkeit nicht bekannt: allergische Reaktionen wie Juckreiz, Hautausschlag, Nesselsucht  
Sehr selten wurde berichtet, dass bei Patienten mit Diabetes mellitus der Blutzucker anstieg, während sie eine Zeit lang Brennnessel-Arzneimittel einnahmen. Nach Absetzen des Arzneimittels ging der erhöhte Blutzucker wieder zurück.  
Hinweis: Gelegentlich kann vermehrter Harndrang auftreten.  
Bei den ersten Anzeichen einer Überempfindlichkeitsreaktion darf Rheuma-Hek nicht nochmals eingenommen werden.

### Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind.

Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen.

Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

---

## 5. Wie ist Rheuma-Hek aufzubewahren?

---

### Aufbewahrungsbedingungen

- Nicht über 25 °C und in der Originalverpackung aufbewahren, um den Inhalt vor Feuchtigkeit und Licht zu schützen.
- Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

### Haltbarkeit

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Dieses Datum ist auf der Durchdrückpackung und Faltschachtel nach <Verwendbar bis> aufgedruckt. Es bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.  
Entsorgen Sie Arzneimittel niemals über das Abwasser (z. B. nicht über die Toilette oder das Waschbecken).  
Fragen Sie in Ihrer Apotheke, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei.  
Weitere Informationen finden Sie unter [www.bfarm.de/anzneimittelentsorgung](http://www.bfarm.de/anzneimittelentsorgung).

---

## 6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

---

### Was Rheuma-Hek enthält

- Der Wirkstoff ist ein Trockenextrakt aus Brennnesselblättern (8-10 : 1); Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V). 1 Filmtablette enthält 600 mg dieses Trockenextrakts.
- Die sonstigen Bestandteile sind: Calciumhydrogenphosphat-Dihydrat, Cellactose (sprühgetrocknet) bestehend aus 75 % Lactose-Monohydrat und 25 % Cellulosepulver, Chinolingelb-Aluminiumsalz, Croscarmellose-Natrium, Eudragit E 100, hochdisperzes Siliciumdioxid, Indigocarmin-Aluminiumsalz, Magnesiumstearat Ph.Eur. [pflanzlich], Stearinsäure Ph.Eur. [pflanzlich], Talkum, Titandioxid (E 171)

### Wie Rheuma-Hek aussieht und Inhalt der Packung

Rheuma-Hek sind grüne längliche Filmtabletten. Sie sind in Durchdrückstreifen verpackt, die in Faltschachteln eingeschoben sind.  
Es gibt Packungen mit 20, 24, 30, 48, 50, 60, 96, 100, 120, 200 und 240 Filmtabletten.  
Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht.

### Pharmazeutischer Unternehmer

Strathmann GmbH & Co. KG  
Postfach 610425  
22424 Hamburg  
Tel.: 040/55 90 5-0  
Fax: 040/55 90 5-100  
E-Mail: [VL.Strathmann.Info@dermapharm.com](mailto:VL.Strathmann.Info@dermapharm.com)

**Hersteller**

Strathmann GmbH & Co. KG

Bei den Kämpen 11

21220 Seevetal

Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet  
im April 2025.

**Die Version dieser Packungsbeilage wurde zwischenzeitlich möglicherweise aktualisiert.**

Die aktuelle Gebrauchsinformation zu diesem Arzneimittel kann durch Scannen des Data Matrix Codes oder des Barcodes auf der Arzneimittelpackung mit einem Smartphone mit Hilfe der App GI 4.0® abgerufen werden.

Zudem finden Sie dieselben Informationen auch unter <https://www.gebrauchsinformation4-0.de/>.

Bei GI 4.0® handelt es sich um ein Angebot eines Diensteanbieters (Rote Liste Service GmbH).