

Prospect: Informații pentru pacient**Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz 70 mg/5600 UI comprimate**
acid alendronic/colecalciferol**Citiți cu atenție și în întregime acest prospect înainte de a începe luați acest medicament deoarece conține informații importante pentru dumneavoastră.**

- Păstrați acest prospect. S-ar putea să fie necesar să-l recitiți.
- Dacă aveți orice întrebări suplimentare, adresați-vă medicului dumneavoastră sau farmacistului.
- Acest medicament a fost prescris numai pentru dumneavoastră. Nu trebuie să-l dați altor persoane. Le poate face rău, chiar dacă au aceleași semne de boală ca dumneavoastră.
- Dacă manifestați orice reacții adverse, adresați-vă medicului dumneavoastră sau farmacistului. Acestea includ orice posibile reacții adverse nementionate în acest prospect. Vezi pct. 4.
- Înainte de a lua acest medicament, este deosebit de important să înțelegeți informațiile prezentate la pct. 3. Cum să utilizați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz.

Ce găsiți în acest prospect:

1. Ce este Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz și pentru ce se utilizează
2. Ce trebuie să știți înainte să utilizați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz
3. Cum să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz
4. Reacții adverse posibile
5. Cum se păstrează Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz
6. Conținutul ambalajului și alte informații

1. Ce este Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz și pentru ce se utilizează**Ce este Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz?**

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz este un comprimat care conține două substanțe active, acid alendronic (denumit frecvent alendronat) și colecalciferol cunoscut sub denumirea de vitamină D₃.

Ce este alendronatul?

Alendronatul aparține unui grup de medicamente non-hormonale numite bifosfonați. Alendronatul previne pierderea de masă osoasă ce apare la femei după ce au ajuns la menopauză și ajută la reconstrucția osoasă. El reduce riscul fracturilor de coloană vertebrală și șold.

Ce este vitamina D?

Vitamina D este un nutrient esențial, necesar pentru absorbția calciului și sănătatea oaselor. Organismul poate absorbi în mod adecvat calciul din alimente doar dacă dispune de suficientă vitamină D. Foarte puține alimente conțin vitamină D. Sursa principală o reprezintă expunerea în timpul verii la lumina soarelui, ceea ce determină producerea de vitamină D la nivelul pielii noastre. Pe măsură ce îmbătrânim, pielea noastră produce mai puțină vitamină D. Prea puțină vitamină D poate duce la pierderea de masă osoasă și osteoporoză. Deficitul sever de vitamină D poate determina slăbiciune musculară și poate duce la căderi și un risc mai mare de fracturi.

Pentru ce se utilizează Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz?

Medicul dumneavoastră v-a prescris Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz pentru **tratamentul osteoporozei** și pentru că aveți risc de deficit de vitamină D. Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz reduce riscul de fracturi ale coloanei vertebrale sau ale șoldului la femeile aflate în perioada de menopauză.

Ce este osteoporoza?

Osteoporoza reprezintă subțierea și diminuarea rezistenței oaselor. Ea este frecventă la femei, după menopauză. La menopauză, ovarele încetează să mai producă hormonul feminin, estrogenul, care ajută la păstrarea sănătății scheletului femeii. Ca rezultat, apare pierderea de masă osoasă și oasele devin mai puțin rezistente. Cu cât femeia ajunge mai repede la menopauză, cu atât este mai mare riscul osteoporozei.

La început, osteoporoza nu are de obicei simptome. Totuși, dacă este lăsată netratată, poate determina apariția fracturilor osoase. Deși, de obicei sunt dureroase, fracturile oaselor coloanei vertebrale pot să treacă neobservate până când determină scădere în înălțime. Fracturile osoase pot să apară în timpul unor activități normale, de zi cu zi, cum ar fi ridicatul sau în urma unor traumatisme minore care nu ar determina ruperea osului normal. Fracturile osoase apar, de obicei, la nivelul șoldului, coloanei vertebrale sau încheieturii mâinii și pot duce nu doar la apariția durerii, ci și a unor probleme considerabile, cum ar fi încovoierea spatelui („cocoșa femeii în vârstă”) și pierderea mobilității.

Cum poate fi tratată osteoporoza?

Pe lângă tratamentul dumneavoastră cu Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz, medicul dumneavoastră vă poate sugera să vă modificați modul de viață pentru a vă ameliora starea, cum ar fi:

- **Încetarea fumatului:** Fumatul pare să crească rata de pierdere a masei dumneavoastră osoase și, de aceea, poate crește riscul dumneavoastră de fracturi osoase.
- **Exercițiile fizice:** La fel ca mușchii, oasele necesită exercițiu fizic pentru a rămâne rezistente și sănătoase. Adresați-vă medicului dumneavoastră înainte de a începe orice program de exerciții fizice.
- **O alimentație echilibrată:** Medicul dumneavoastră vă poate sfătui în legătură cu alimentația dumneavoastră sau dacă ar trebui să luați orice supliment alimentar.

2. Ce trebuie să știți înainte să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

Nu luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

- dacă sunteți **alergic** la alendronatul sodic trihidrat, colecalciferol sau la oricare dintre celelalte componente ale acestui medicament (enumerat la pct. 6),
- dacă aveți anumite **probleme ale esofagului** (esofag – parte a tubului digestiv situat între gură și stomac), cum ar fi îngustarea acestuia sau dificultate la înghițire,
- dacă **nu puteți sta în picioare sau în șezut** cel puțin 30 minute,
- dacă medicul dumneavoastră v-a spus ca aveți o **concentrație scăzută a calciului din sânge**.

Dacă credeți că oricare dintre acestea se aplică în cazul dumneavoastră, nu luați comprimatele. Discutați mai întâi cu medicul dumneavoastră și urmați sfatul pe care vi-l dă.

Atenționări și precauții

Înainte să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz, adresați-vă medicului dumneavoastră sau farmacistului dacă:

- aveți probleme ale rinichilor
- aveți, sau ați avut recent, orice problemă de înghițire sau digestivă
- medicul dumneavoastră v-a spus că aveți esofag Barrett (o afecțiune asociată cu modificări ale celulelor care căptușesc esofagul inferior)
- vi s-a spus că aveți probleme cu absorbția mineralelor la nivelul stomacului sau intestinului (sindrom de malabsorbție),
- aveți o sănătate dentară precară, probleme gingivale, o extracție dentară planificată sau nu aveți o îngrijire dentară de rutină
- aveți cancer
- sunteți sub chimioterapie sau radioterapie
- luați inhibitori ai angiogenezei (sum sunt bevacizumab, sau talidomidă),
- luați corticosteroizi (cum sunt prednison sau dexametazonă)
- sunteți sau ați fost fumător (deoarece aceasta poate crește riscul de apariție a problemelor dentare)

Este posibil să fiți sfătuiți să efectuați un control stomatologic înainte de începerea tratamentului cu Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz.

Este important să mențineți o bună igienă orală în timpul tratamentului cu Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz. Trebuie să efectuați controale stomatologice de rutină pe toată durata tratamentului dumneavoastră și trebuie să vă adresați medicului dumneavoastră sau dentistului dacă aveți orice problemă la nivelul gurii sau dinților, cum este pierderea dinților, durerea sau umflarea.

Iritația, inflamația sau ulcerația esofagului (esofag – parte a tubului digestiv situată între gură și stomac), adeseori însoțite de simptome precum durerea în piept, arsuri la stomac, dificultate sau durere la înghițire, pot să apară, mai ales dacă paciențele nu beau un pahar plin cu apă și/sau dacă se întind în poziție culcat după mai puțin de 30 minute după ce au luat Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz. Aceste reacții adverse se pot agrava dacă paciențele continuă să ia Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz după apariția acestor simptome.

Copii și adolescenți

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz nu trebuie administrat la copii și adolescenți cu vârsta mai mică de 18 ani.

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz împreună cu alte medicamente

Spuneți medicului dumneavoastră sau farmacistului dacă luați, ați luat recent sau s-ar putea să luați orice alte medicamente.

Este posibil ca suplimentele de calciu, antiacidele și unele medicamente orale să interfereze cu absorbția Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz dacă sunt luate în același timp. De aceea, este important să urmați recomandările de la pct. "3. Cum să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz" și să **așteptați cel puțin 30 minute înainte de a lua orice alte medicamente sau suplimente orale.**

Unele medicamente pentru tratamentul reumatismului sau al durerii pe termen lung denumite antiinflamatoare nesteroidiene (AINS) (cum sunt acid acetilsalicilic sau ibuprofen) ar putea determina probleme digestive. Prin urmare, se recomandă precauție la administrarea acestor medicamente în același timp cu Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz.

Este posibil ca anumite medicamente sau aditivi alimentari să împiedice ajungerea vitaminei D din Acid alendronic/Colecalciferol în corpul dumneavoastră, inclusiv înlocuitorii sintetici ai grăsimilor, uleiurile minerale, medicamentele pentru scăderea în greutate, orlistatul și medicamentele care scad colesterolul, colestiramina și colestipolul. Medicamentele pentru crizele convulsive (convulsii) (cum sunt fenitoină sau fenobarbital) pot scădea eficacitatea vitaminei D.

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz împreună cu alimente și băuturi

Este posibil ca alimentele și băuturile (inclusiv apa minerală) să diminueze eficacitatea Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz dacă acestea sunt luate în același timp. De aceea, este important să urmați recomandările de la pct. "3. Cum să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz". Trebuie să **așteptați cel puțin 30 minute înainte de a consuma orice fel de alimente sau băuturi, cu excepția apei.**

Sarcina și alăptarea

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz este destinat a fi utilizat doar de către femeile în postmenopauză. **Nu trebuie să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz** dacă sunteți sau credeți că ați putea fi gravidă sau dacă alăptați.

Conducerea vehiculelor și folosirea utilajelor

La utilizarea Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz au fost raportate reacții adverse (de exemplu vedere încețoșată, amețeli și durere severă la nivelul oaselor, mușchilor sau articulațiilor) care vă pot afecta capacitatea de a conduce vehicule sau de a folosi utilaje (Vezi pct. "4. Reacții adverse posibile"). Dacă prezentați oricare dintre aceste reacții adverse, nu conduceți până când nu vă simțiți mai bine.

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz conține sucroză

Dacă medicul dumneavoastră v-a atenționat că aveți intoleranță la unele categorii de glucide, vă rugăm să-l întrebați înainte de a lua acest medicament.

3. Cum să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

Luați întotdeauna acest medicament exact așa cum v-a spus medicul dumneavoastră sau farmacistul. Discutați cu medicul dumneavoastră sau cu farmacistul dacă nu sunteți sigur.

Luați un comprimat de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz o dată pe săptămână.

Urmați cu atenție aceste instrucțiuni.

1) Alegeți ziua din săptămână care se potrivește cel mai bine programului dumneavoastră. În fiecare săptămână, luați un comprimat de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz în ziua aleasă de dumneavoastră.

Este foarte important să urmați instrucțiunile de la punctele 2), 3), 4) și 5) pentru a facilita ajungerea rapidă a comprimatului de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz în stomac și pentru a ajuta la reducerea riscului ca acesta să vă irite esofagul (esofag – parte a tubului digestiv care face legătura între gură și stomac).

2) **După ce v-ați trezit de dimineață și înainte de a consuma orice** aliment, băutură, sau alt medicament, **înghițiți comprimatul de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz întreg, doar cu**

un pahar plin cu apă (nu apă minerală) (nu mai puțin de 200 ml), astfel încât Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz să fie absorbit în mod adecvat.

- Nu luați cu apă minerală (plată sau carbogazoasă).
- Nu luați cu cafea sau ceai.
- Nu luați cu suc sau lapte.

Nu sfârâmați sau mestecați comprimatul și nu-l lăsați să se dizolve în gură din cauza posibilității de apariție a ulcerărilor la nivelul gurii.

- 3) **Nu vă așezați în poziție culcată** - stați în poziție verticală (în șezut, în picioare sau în mers) - timp de cel puțin 30 minute după ce ați înghițit comprimatul. Nu vă așezați în poziție culcată decât după prima masă a zilei.
- 4) Nu luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz înainte de culcare sau dimineața înainte de ridicarea din pat.
- 5) Dacă observați apariția dificultății sau durerii la înghițire, durerii în piept sau apariția ori înrăutățirea arsurilor la stomac, nu mai luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz și adresați-vă medicului dumneavoastră.
- 6) După ce ați înghițit comprimatul de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz, **așteptați cel puțin 30 de minute înaintea primului consum de alimente sau băuturi sau de prima administrare a altor medicamente din zi**, inclusiv antacide, suplimente de calciu și vitamine. Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz este eficient doar atunci când este luat pe stomacul gol.

Dacă luați mai mult Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz decât trebuie

Dacă luați din greșală mai multe comprimate, beți un pahar plin cu lapte și adresați-vă imediat medicului dumneavoastră. **Nu vă provocați vărsături și nu vă așezați în poziție culcată.**

Dacă uitați să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

Dacă omiteți o doză, utilizați un comprimat în dimineața următoare după ce v-ați amintit. **Nu luați două comprimate în aceeași zi.** Reveniți la administrarea o dată pe săptămână, așa cum ați stabilit inițial în ziua aleasă de către dumneavoastră.

Dacă încetați să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

Este important să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz atât timp cât v-a prescris medicul dumneavoastră medicamentul. Din moment ce nu se cunoaște cât timp trebuie să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz, trebuie să discutați periodic cu medicul dumneavoastră necesitatea de a continua tratamentul cu acest medicament pentru a determina dacă Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz este încă potrivit pentru dumneavoastră.

La informațiile cuprinse în acest prospect se adaugă la finalul prospectului un paragraf cu instrucțiuni. Acesta conține informații importante referitoare la modul de administrare al Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz.

Dacă aveți orice întrebări suplimentare cu privire la acest medicament, adresați-vă medicului dumneavoastră sau farmacistului.

4. Reacții adverse posibile

Ca toate medicamentele, acest medicament poate provoca reacții adverse, cu toate că nu apar la toate persoanele.

Spuneți imediat medicului dumneavoastră dacă observați oricare dintre următoarele reacții adverse, care pot fi grave, și pentru care s-ar putea să aveți nevoie de tratament medical de urgență:

Frecvente (pot afecta până la 1 din 10 persoane):

- arsuri la stomac; dificultate la înghițire; durere la înghițire; ulceratie esofagiană (esofag - parte a tubului digestiv situată între gură și stomac) care poate determina durere în piept, arsuri la stomac sau dificultate sau durere la înghițire.

Rare (pot afecta până la 1 din 1000 persoane)

- reacții alergice cum ar fi urticaria; umflarea feței, buzelor, limbii și/sau gâtului, care pot determina dificultăți la respirație sau la înghițire; reacții severe la nivelul pielii
- durere la nivelul gurii și/sau a mandibulei, umflături sau răni în interiorul gurii, amorțeală sau o senzație de greutate la nivelul mandibulei, sau pierderea unui dinte. Acestea pot fi semne de distrugere a osului la nivelul mandibulei (osteonecroză), în general asociate cu întârzierea vindecării și infecția, apărute de obicei după extracția unui dinte. Adresați-vă medicului dumneavoastră și dentistului dacă prezentați astfel de simptome.
- rareori poate să apară fractura neobișnuită la nivelul femurului, în special la pacientele care urmează un tratament de lungă durată pentru osteoporoză. Adresați-vă medicului dumneavoastră dacă prezentați durere, slăbiciune sau disconfort la nivelul coapsei, șoldului sau la nivel inghinal, deoarece acest lucru poate fi un semn precoce al unei posibile fracturi de femur.
- durere la nivelul oaselor, mușchilor și/sau articulațiilor care este severă.

Foarte rare (pot afecta până la 1 din 10000 persoane)

- discutați cu medicul dumneavoastră dacă aveți durere la nivelul urechii, secreție din ureche și/sau infecție a urechii. Acestea ar putea fi semne ale deteriorării oaselor de la nivelul urechii.

Alte reacții adverse includ:

Foarte frecvente (may affect more than 1 in 10 people)

- durere la nivelul oaselor, mușchilor și/sau articulațiilor care este uneori severă

Frecvente (pot afecta până la 1 din 10 persoane)

- umflare a articulațiilor
- durere abdominală, senzație de disconfort la nivelul stomacului sau eructații după masă
- constipație, senzație de plenitudine sau balonare la nivelul stomacului, diaree, flatulență
- cădere a părului, mâncărime
- durere de cap, amețeli
- oboseală, umflare a mâinilor și picioarelor

Mai puțin frecvente (pot afecta până la 1 din 100 persoane)

- greață, vărsături
- iritație sau inflamație a esofagului (esofag – parte a tubului digestiv situată între gură și stomac) sau a stomacului
- scaune de culoare neagră sau cu aspect de păcură
- vedere încețoșată; durere sau înroșire a ochilor
- erupție trecătoare pe piele; înroșire a pielii
- simptome tranzitorii asemănătoare celor de gripă, cum ar fi dureri musculare, stare generală de rău și uneori asociată cu febră, de obicei la începutul tratamentului

- tulburări ale gustului

Rare (pot afecta până la to 1 din 1000 persoane)

- simptome ale concentrației scăzute a calciului în sânge inclusiv crampe sau spasme musculare și/sau senzație de furnicături la nivelul degetelor sau în jurul gurii
- ulcere la nivelul stomacului (uneori severe sau cu sângerare)
- îngustare a esofagului (esofag – parte a tubului digestiv situată între gură și stomac)
- erupție trecătoare pe piele agravată de lumina solară
- ulcere la nivelul gurii

Raportarea reacțiilor adverse

Dacă manifestați orice reacții adverse, adresați-vă medicului dumneavoastră sau farmacistului.

Acestea includ orice reacții adverse nemenționate în acest prospect. De asemenea, puteți raporta reacțiile adverse direct prin intermediul sistemului național de raportare, ale cărui detalii sunt publicate pe web-site-ul Agenției Naționale a Medicamentului și a Dispozitivelor Medicale <http://www.anm.ro/>.
Agenția Națională a Medicamentului și a Dispozitivelor Medicale

Str. Aviator Sănătescu nr. 48, sector 1

București 011478- RO

Tel: + 4 0757 117 259

Fax: +4 0213 163 497

e-mail: adr@anm.ro.

Raportând reacțiile adverse, puteți contribui la furnizarea de informații suplimentare privind siguranța acestui medicament.

5. Cum se păstrează Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

Nu lăsați acest medicament la vederea și îndemâna copiilor.

Nu utilizați acest medicament după data de expirare înscrisă pe cutie și pe blister după EXP. Data de expirare se referă la ultima zi a lunii respective.

A se păstra la temperaturi sub 25°C. A se păstra în ambalajul original pentru a fi protejat de umiditate și lumină.

Nu aruncați niciun medicament pe calea apei sau a reziduurilor menajere. Întrebați farmacistul cum să aruncați medicamentele pe care nu le mai folosiți. Aceste măsuri vor ajuta la protejarea mediului.

6. Conținutul ambalajului și alte informații

Ce conține Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz

- substanțele active sunt acid alendronic și colecalciferol (vitamina D3).
Fiecare comprimat conține 70 mg acid alendronic sub formă de alendronat sodic trihidrat și 140 micrograme (5600 IU) de colecalciferol (vitamina D3).
- Celelalte componente sunt celuloză microcristalină PH112, crospovidonă Tip A, stearat de magneziu, trigliceride cu lanț mediu, amidon de porumb modificat, sucroză, α -tocoferol racemic total, ascorbat de sodiu, dioxid de siliciu coloidal anhidru.

Cum arată Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz și conținutul ambalajului

Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz comprimate se prezintă sub formă de comprimate ovale de culoare albă până la aproape albă, marcate cu 714 pe o parte, cu dimensiune aproximativ 12,6 x 6,6 x 5,2 mm.

Comprimatele sunt disponibile în blistere din aluminiu/aluminiu ambalate în cutii ce conțin 2, 4, 6 sau 12 comprimate.

Este posibil ca nu toate mărimile de ambalaj să fie comercializate.

Deținătorul autorizației de punere pe piață și fabricantul

Deținătorul autorizației de punere pe piață

S.C. Sandoz S.R.L.
Str. Livezeni Nr. 7A
540472 Târgu Mureș, România

Fabricantul

Lek Pharmaceuticals d.d.
Verovškova ulica 57,
1526 Ljubljana, Slovenia

Acest medicament este autorizat în Statele Membre ale Spațiului Economic European sub următoarele denumiri comerciale:

Olanda:	Alendroninezuur/Colecalciferol Sandoz 70 mg/5600 IE, tabletten
Belgia:	Alendronaat + Vitamine D Sandoz 70 mg/5600 IE tabletten
Bulgaria:	Алендронова киселина/Холекалциферол Сандоз 70 mg/5 600 IU таблетки
Republica Cehă:	Alendronic acid/Vitamin D3 Sandoz 70 mg/5600 IU
Germania:	Alendron-HEXAL Plus D einmal wöchentlich 70 mg / 5.600 I.E. Tabletten
Estonia:	Alendronic Acid/Colecalciferol Sandoz
Grecia:	Alendronate + Colecalciferol/Sandoz.
Spania:	Ácido alendrónico/colecalciferol Semanal Sandoz 70 mg/5.600 UI comprimidos EFG
Franța:	ACIDE ALENDRONIQUE/VITD3 SANDOZ 70 mg/5600 UI, comprimé
Irlanda:	Alendronate/ Colecalciferol Rowex 70 mg/5600 IU Tablets
Italia:	Alendronato e colecalciferolo Sandoz
Letonia:	Alendronic acid/ Colecalciferol Sandoz 70 mg/5600 SV tabletes
Polonia:	Alendronic acid + Colecalciferol Sandoz
România:	Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz 70 mg/5600 UI comprimate
Slovenia:	Alendronska kislina/holekalciferol Sandoz 70 mg/5.600 i.e. tablete

Acest prospect a fost revizuit în Iunie 2017.

INFORMAȚII IMPORTANTE. Vă rugăm să le citiți cu atenție.

Cum să luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz comprimate

1. Luați un comprimat o dată pe săptămână.

2. Alegeți o zi a săptămânii care se potrivește cel mai bine programului dumneavoastră. După ce vă treziți și vă dați jos din pat în ziua aleasă și înainte de a mânca, bea sau lua alte medicamente, înghițiți un comprimat de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz (nu zdrobiți sau mestecați comprimatul sau nu-l lăsați să se dizolve în gură) cu un pahar plin cu apă (nu apă minerală).

3. Continuați activitățile matinale. Puteți sta în șezut, în picioare sau puteți merge – trebuie doar să rămâneți în poziție verticală. Nu stați în poziție culcată, nu mâncați, nu beți sau nu utilizați alte medicamente timp de cel puțin 30 minute. Nu stați în poziție culcată decât după prima masă a zilei.

4. Țineți minte, luați Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz o dată în fiecare săptămână, în aceeași zi, atât timp cât medicul dumneavoastră vi-l prescrie.

Dacă omiteți o doză, luați doar un comprimat de Acid alendronic/Colecalciferol Sandoz în dimineața zilei după ce v-ați amintit. Nu luați două comprimate în aceeași zi. Reveniți la administrarea o dată pe săptămână, așa cum ați stabilit inițial, în ziua aleasă de către dumneavoastră.