

Mg5-Longoral®

Information für Patientinnen und Patienten

Lesen Sie diese Packungsbeilage sorgfältig, denn sie enthält wichtige Informationen. Dieses Arzneimittel haben Sie entweder persönlich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin verschrieben erhalten oder Sie haben es ohne ärztliche Verschreibung in der Apotheke oder Drogerie bezogen. Wenden Sie das Arzneimittel gemäss Packungsbeilage beziehungsweise nach Anweisung des Arztes, Apothekers (oder Drogisten*) bzw. der Ärztin, der Apothekerin (oder der Drogistin*) an, um den grössten Nutzen zu haben. Bewahren Sie die Packungsbeilage auf, Sie wollen sie vielleicht später nochmals lesen.

Mg5-Longoral®

Was ist Mg 5-Longoral und wann wird es angewendet?

Mg5-Longoral ist eine Kautablette, die dem Körper Magnesium in einer Form, in welchem Magnesium gut aufgenommen werden kann, und in ausreichenden Mengen zuführt. Magnesium ist ein lebensnotwendiges Element, das für viele Stoffwechselvorgänge im menschlichen Körper wichtig ist. Man geht davon aus, dass der Erwachsene am Tag 300–400 mg Magnesium benötigt (1 Kautablette Mg5-Longoral enthält 5 mmol, entsprechend 121,5 mg Magnesium als Magnesiumaspartat-Racemat-Tetrahydrat).

Mg5-Longoral wird:

- zur Deckung eines erhöhten Bedarfes (z.B. Wachstum, Hochleistungssport, Schwangerschaft, Stillzeit),
- bei magnesiumarmer Ernährung,
- bei Wadenkrämpfen, verwendet.

Auf ärztlicher Verordnung oder auf Rat des Apothekers kann Mg5-Longoral auch bei:

- Muskelzuckungen,
- Störungen der Muskeltätigkeit oder muskulären Krämpfen

verwendet werden.

Mg5-Longoral wird vom Arzt bzw. von der Ärztin verschrieben:

- bei vorzeitigen Wehen während der Schwangerschaft,
- bei drohender Frühgeburt,
- bei Störungen der Herztätigkeit,
- bei anhaltendem Durchfall sowie als Zusatztherapie mit Harntreibenden Medikamenten.

Was sollte dazu beachtet werden?

Hinweis für Diabetiker: Dieses Arzneimittel enthält 0,2 g verwertbare Kohlenhydrate pro Einzeldosis.

Wann darf Mg 5-Longoral nicht eingenommen/angewendet werden?

Mg5-Longoral darf in folgenden Fällen nicht verwendet werden:

- bei Nierenfunktionsstörungen,
- bei Störungen der Erregungsleitung im Herzen,
- bei Veranlagung zu Nierensteinbildung (Magnesium-Calcium-Ammoniumphosphat-Steine),
- bei schwerem Austrocknen des Körpers (Exsikkose),
- bei Überempfindlichkeit gegenüber einem der Bestandteile,
- bei bekannter Sorbitolunverträglichkeit (Fructose-Intoleranz).

Wann ist bei der Einnahme/Anwendung von Mg5-Longoral Vorsicht geboten?



Patienten, die an mässiger Niereninsuffizienz leiden, dürfen Mg5-Longoral nur nach ärztlicher Rücksprache einnehmen.

Halten die Krämpfe länger als 10 Tagen, so ist ein Arzt bzw. eine Ärztin zu konsultieren.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin, wenn Sie an anderen Krankheiten leiden, Allergien haben oder andere Arzneimittel (auch selbstgekaufte!) einnehmen oder äusserlich anwenden wie z.B. Arzneimittel, die Eisen, Fluor, oder Tetracykline-Antibiotika enthalten.

Dieses Arzneimittel enthält weniger als 1 mmol (23 mg) Natrium pro Tablette, d. h. es ist im Wesentlichen „natriumfrei“.

Dieses Arzneimittel enthält 170 mg Sorbitol pro Tablette. Sorbitol ist eine Fruktosequelle. Wenn Ihr Arzt Ihnen mitgeteilt hat, dass Sie (oder Ihr Kind) eine Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern haben, oder wenn bei Ihnen eine hereditäre Fruktoseintoleranz (HFI) diagnostiziert wurde, eine seltene genetische Störung, die durch die Unfähigkeit gekennzeichnet ist, Fruktose abzubauen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie (oder Ihr Kind) dieses Arzneimittel einnehmen oder erhalten.

Darf Mg 5-Longoral während einer Schwangerschaft oder in der Stillzeit eingenommen werden?

Nach Angabe Ihres Arztes bzw. Ihrer Ärztin darf Mg5-Longoral in der Schwangerschaft und Stillzeit eingenommen werden.

Wie verwenden Sie Mg 5-Longoral?

Wenn vom Arzt bzw. von der Ärztin nicht anders verordnet, wird für Mg5-Longoral folgende Dosierung empfohlen:

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren: 1 bis 3mal täglich 1 Tablette.

Kinder ab 6 Jahren: 1 bis 3mal täglich ½ Tablette.

Tabletten vor den Mahlzeiten im Mund zergehen lassen oder zerkaut, und bei Bedarf mit etwas Flüssigkeit, einnehmen.

Anwendung und Sicherheit von Mg5-Longoral wurden bis heute nicht bei Kindern unter 6 Jahren methodisch geprüft.

Halten Sie sich an die in der Packungsbeilage angegebene oder vom Arzt oder der Ärztin verschriebene Dosierung. Wenn Sie glauben, das Arzneimittel wirke zu schwach oder zu stark, so sprechen Sie mit Ihrem Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. mit Ihrer Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Welche Nebenwirkungen kann Mg 5-Longoral haben?

Folgende Nebenwirkungen können bei der Einnahme von Mg5-Longoral auftreten.

Gelegentliche Nebenwirkungen (betrifft 1 bis 10 von 1000 Personen): bei hoher Dosierung kann es zu weichen Stühlen kommen, die jedoch unbedenklich sind. Sollten Durchfälle auftreten, reduziert man die Tagesdosis oder setzt das Präparat ab, sofern es nicht vom Arzt bzw. von der Ärztin verschrieben wurde.

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die hier nicht beschrieben sind, sollten Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin informieren. Dies gilt insbesondere für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind.

Was ist ferner zu beachten?

Stabilität

Das Arzneimittel darf nur bis zu dem auf dem Behälter mit «EXP» bezeichneten Datum verwendet werden.

Hinweise zur Lagerung

Das Arzneimittel in der Originalpackung bei Raumtemperatur (15–25 °C) lagern. Ausserhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen Ihr Arzt, Apotheker oder Drogist bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin. Diese Personen verfügen über die ausführliche Fachinformation.



Was ist in Mg 5-Longoral enthalten?

Wirkstoff:

1 Kautablette enthält als Wirkstoff 5 mmol (= 121,5 mg) Magnesium in Form von 1,803 g Magnesiumaspartat-Racemat-Tetrahydrat

Hilfsstoffe:

Sorbitol (E 420) 170 mg, Citronensäure, wasserfrei, Calciumbehenat, Partialglyceride langkettiger Fettsäuren, Siliciumdioxid, kolloidal, wasserfrei, Natriumcyclamat, Siliciumdioxid, kolloidal, hydratisiert, Aroma (Zitrone), Natriumsaccharin, Glycerol 85%.

Zulassungsnummer

46144 (Swissmedic).

Wo erhalten Sie Mg 5-Longoral? Welche Packungen sind erhältlich?

In Apotheken und Drogerien ohne ärztliches Rezept.

Packungen mit 20, 50 und 100 Kautabletten.

Zulassungsinhaber

OM Pharma Suisse SA, Villars-sur-Glâne

Diese Packungsbeilage wurde im Februar 2026 letztmals durch die Arzneimittelbehörde (Swissmedic) geprüft.

