NATURA

A natural way of life™

KALMAG POWDER

PATIENT INFORMATION LEAFLET

SCHEDULING STATUS Unscheduled

PROPRIETARY NAME, STRENGTH AND PHARMACEUTICAL FORM
Kalmag (Powder)

Read all of this leaflet carefully before you start taking Kalmag
Kalmag is available without a doctor's prescription for the relief of mild conditions. Nevertheless you still need to use Kalmag carefully to get the best results from it.

- Keep this leaflet. You may need to read it again.
- Do not share Kalmag with any other person.
- Ask your pharmacist or healthcare practitioner if you need more information or advice.
- You must see a healthcare practitioner if your symptoms worsen or do not improve.

1. WHAT KALMAG CONTAINS
The active ingredients in Kalmag are *Calcarea fluorica* D6, *Calcaea phosphorica* D6, *Dolomite* D3, *Ferrum phosphoricum* D6, *Kalium muriaticum* D6, *Kalium phosphoricum* D6, *Magnesium phosphoricum* D6, *Silicea D6*. The other ingredient are is lactose monohydrate. Contains sugar (lactose 0.95 g/g powder).

2. WHAT KALMAG IS USED FOR
Kalmag is a homoeopathic medicine which assists with the absorption of minerals and assists in the treatment of bone fractures, brittle nails, white spots on nails and muscular cramps and spasms. It helps support the development of strong teeth and bones.

3. BEFORE YOU TAKE KALMAG
Do not take Kalmag

- If you are hypersensitive (allergic) or intolerant to any of the active ingredients or other ingredients in Kalmag.

Take special care with Kalmag:

- If you experience an allergic reaction after taking Kalmag, discontinue use and consult your healthcare practitioner.
- If you want to substitute existing medical treatment, please consult your doctor or healthcare practitioner before doing so.

Taking Kalmag with food and drink
Do not take Kalmag within half an hour of strong coffee, chocolate, camphor or aromatic substances as these may reduce the efficacy of the homoeopathic components.

Pregnancy and breastfeeding
Homoeopathic medicines have traditionally been used during pregnancy and breastfeeding. It is recommended that if you are pregnant or breastfeeding, that you consult your healthcare practitioner for advice before taking any medicine.

Driving and using machinery
Kalmag does not interfere with your ability to drive or use machinery.

Important information about some of the ingredients
Kalmag contains lactose. Patients with the rare hereditary conditions of lactose or galactose intolerance should not take Kalmag. Lactose may have an effect on the control of your blood sugar if you have diabetes mellitus.

Using other medicines with Kalmag
Always tell your healthcare practitioner if you are taking other medicines. (This includes complementary or traditional medicines.) Kalmag is not known to interact with other medicines.

4. HOW TO TAKE KALMAG
Do not share medicines prescribed for you with any other person. Always check with your pharmacist or healthcare practitioner if you are unsure how to take this medicine. The powder should be spooned directly into the mouth and sucked so that it dissolves in the mouth. The powder can also be dissolved in a little water and taken as a liquid. As absorption takes place through the mucous membrane of the mouth, it is desirable to hold the medicine in the mouth for a short time. The mouth should be free of other strong tastes (e.g. toothpaste, peppermint, etc.) when taking the medicine.

The usual dosage is:
Adults and children : Take 1 g (1 scoop or ¼ teaspoon) three times daily.
Treatment may be continued for as long as necessary and may be stopped at any time when symptoms are no longer present.

If you take more Kalmag than you should
There are no reported symptoms for an overdose of Kalmag. If a side effect is experienced following an overdose, consult your healthcare practitioner or pharmacist.

If you forget to take a dose of Kalmag
Do not take a double dose to make up for a missed dose of Kalmag.

5. POSSIBLE SIDE EFFECTS
There are no reported side effects for Kalmag. Should your general health worsen or if you experience any untoward effects while taking this medicine, please consult your healthcare practitioner or pharmacist for advice.

6. STORING AND DISPOSING OF KALMAG
Store at or below 25 °C in a cool, dry place protected from light and moisture. Keep the container tightly closed. Do not store in a bathroom. **Store all medicines out of the reach of children**. Return all un-used medicines to your pharmacist.

7. PRESENTATION OF KALMAG
Kalmag powder are available as 50 g powder packed in a white HDPE securitainer with tamper-evident LE snap-on cap.

8. IDENTIFICATION
Kalmag powder is a white powder with a lactose taste.

9. REFERENCE NUMBER
U 1060 (Act 101/1965)

10. NAME AND ADDRESS OF THE APPLICANT
CoMED Health (Pty) Ltd., 313 Kuit Street, Waltloo, Pretoria, 0184.
www.comedhealth.co.za (See also www.natura.co.za)
Tel: 012 813 9400

11. DATE OF PUBLICATION
January 2020

12. COMPLEMENTARY MEDICINE
A 34 Other (Homoeopathic medicine)
Disclaimer: This unregistered medicine has not been evaluated by the SAHPRA for its quality, safety or intended use.

15IKALPAA/20A1

NATURA

A natural way of life™

KALMAG POEIER

PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS Ongeskeduleerd

HANDELSNAAM, STERKTE EN DOSERINGSVORM
Kalmag (Poeier)

Lees hierdie inligtingsblad sorgvuldig deur voor jy Kalmag neem
Kalmag is beskikbaar sonder 'n doktersvoorskrif vir die verligting van geringe toestande. Kalmag moet nogtans met sorg gebruik word om die beste resultate daaruit te kry.

- Bewaar hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees om dit weer te lees.
- Moet nie Kalmag met enige ander persoon deel nie.
- Vra jou apteker of gesondheidspraktisyn as jy meer inligting of advies benodig.
- Jy moet 'n gesondheidspraktisyn sien as jou simptome vererger of nie binne 3 weke verbeter nie.

1. WAT KALMAG BEVAT
Die aktiewe bestanddele in Kalmag is *Calcarea fluorica* D6, *Calcaea phosphorica* D6, *Dolomite* D3, *Ferrum phosphoricum* D6, *Kalium muriaticum* D6, *Kalium phosphoricum* D6, *Magnesium phosphoricum* D6, *Silicea D6*. Die ander bestanddeel is laktose monohidraat. Bevat suiker (laktose 0,95 g/g poeier).

2. WAARVOOR KALMAG GEBRUIK WORD
Kalmag is 'n homoeopatiese medisyne wat help met die absorpsie van minerale en help met die behandeling van beenfrakture, bros naels, wit kolle op naels en spierkrampe en spasmas. Dit help om die ontwikkeling van sterk tande en bene te ondersteun.

3. VOORDAT JY KALMAG GEBRUIK
Moet nie Kalmag neem

- Indien jy allergies of hipersensitief is teenoor enige van die aktiewe of ander bestanddele van Kalmag of dit nie can kan verdra nie.

Wees veral versigtig met Kalmag:

- Stop die gebruik van Kalmag dadelik en raadpleeg jou gesondheidspraktisyn indien jy 'n allergiese reaksie ervaar nadat jy Kalmag geneem het.
- As jy bestaande mediese behandeling wil vervang, raadpleeg jou dokter of gesondheidspraktisyn voordat jy dit doen.

Gebruik van Kalmag saam met voedsel en vloeistowwe
Moet nie Kalmag binne 'n halfuur na sterk koffie, sjokolade, kamfer of aromatiese stowwe neem nie, aangesien dit die effektiwiteit van die homeopatiese komponente kan verminder.

Swangerskap en borsvoeding
Homeopatiese medisyne is tradisioneel tydens swangerskap en borsvoeding gebruik. As jy swanger is of jou baba borsvoed, word dit egter aanbeveel dat jy jou gesondheidspraktisyn raadpleeg vir advies voordat jy enige medisyne gebruik.

Die gebruik en bestuur van masjinerie
Die gebruik van Kalmag beïnvloed nie die mens se vermoeë om masjinerie te bestuur en veilig te gebruik nie.

Belangrike inligting oor sommige van die bestanddele
Kalmag bevat laktose. Pasiënte met die seldsame oorerflike toestande van laktose of galaktose-onverdraagsaamheid moet nie Kalmag neem nie. Laktose kan 'n invloed hê op die beheer van jou bloedsuiker as jy diabetes mellitus het.

Gebruik van ander medisyne saam met Kalmag
Vertel altyd jou gesondheidspraktisyn as jy ander medisyne gebruik. (Dit sluit komplementêre of tradisionele medisyne in.) Dit is nie bekend dat Kalmag met ander medisyne reageer nie.

4. HOE OM KALMAG TE GEBRUIK
Moenie medisyne wat vir jou voorgeskryf is, met enige ander persoon deel nie. Raadpleeg altyd jou apteker of gesondheidspraktisyn indien jy nie seker is hoe om hierdie medisyne te gebruik nie. Die poeier moet direk in die mond geskep en gesuig word sodat dit in die mond oplos. Die poeier kan ook in 'n bietjie water opgelos word en as vloeistof geneem word. Aangesien absorpsie deur die slymvlies van die mond plaasvind, is dit wenslik om die medisyne vir 'n kort tyd in die mond te hou. Die mond moet vry wees van ander sterk smake (bv. tandepasta, peperment, ens.) wanneer die medisyne geneem word.

Die gewone dosis is:
Volwassenes en kinders: Neem 1 g (1 skeplepel of ¼ teelepel) drie keer per dag.
Behandeling kan voortgaan vir so lank as wat nodig is en kan op enige stadium gestop word wanneer simptome nie meer teenwoordig is nie.

Indien jy meer Kalmag gebruik as wat nodig is
Daar is geen aangemelde newe-effekte van oordosering met Kalmag nie. Indien jy 'n newe-effek ervaar, raadpleeg jou gesondheidspraktisyn of apteker.

As jy vergeet om 'n dosis Kalmag te neem
Moet nie 'n dubbeldosis neem om vir 'n oorgeslaande dosis op te maak nie.

5. MOONTLIKE NEWE-EFFEKTE
Daar is geen newe-effekte vir Kalmag aangemeld nie. Indien jou algemene gesondheid versleg of indien jy enige newe-effekte ondervind wanneer jy hierdie medisyne gebruik, raadpleeg jou gesondheidspraktisyn of apteker vir advies.

6. BERGING EN VERNIETIGING VAN KALMAG
Stoor by of benede 25 °C in 'n koel, droë plek en beskerm teen lig en vog. Hou die houer dig gesluit. Moenie in 'n badkamer stoor nie. **Bewaar alle medisyne buite bereik van kinders**. Bring alle ongebruikte medisyne aan jou apteker terug.

7. AANBIEDING VAN KALMAG
Kalmag poeier is beskikbaar as 50 g poeier in `n wit HDPE veiligheidshouer met `n wit aanknipdeksel en sekerheidseël.

8. IDENTIFIKASIE
Kalmag poeier is wit poeier met 'n laktose smaak.

9. VERWYSINGSNOMMER
U 1060 (Wet 101/1965)

10. NAAM EN ADRES VAN DIE APPLIKANT
CoMED Health (Pty) Ltd., Kuitstraat 313, Waltloo, Pretoria, 0184.
www.comedhealth.co.za (Sien ook www.natura.co.za), Tel: 012 813 9400.

11. DATUM VAN PUBLIKASIE
Januarie 2020

12. KOMPLEMENTÊRE MEDISYNE
A 34 Ander (Homeopatiese medisyne)
Vrywaring: Hierdie ongeregistreerde medisyne is nie deur SAHPRA vir sy kwaliteit, veiligheid of voorgestelde gebruik geëvalueer nie.