



# Arnica- Creme-Heel<sup>s</sup> Creme

Wirkstoff: Arnica montana Ø

## Indikationsgruppe:

Homöopathisches Arzneimittel bei Erkrankungen des Gefäßsystems und Erkrankungen des Bewegungsapparates.

## Anwendungsgebiete:

Die Anwendungsgebiete entsprechen dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehören: Muskelschmerzen (Myalgien) nach Überlastung, Erkrankungen des arteriellen und venösen Gefäßsystems.

## Gegenanzeigen:

Arnica-Creme-Heel S darf nicht angewendet werden, wenn Sie allergisch gegen Arnika und andere Korbblütler oder die sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.

## Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:

Dieses Arzneimittel enthält 1,430 g Alkohol (Ethanol) in 10 g Creme. Bei geschädigter Haut kann dies ein brennendes Gefühl verursachen. Cetylstearylalkohol kann örtlich begrenzt Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) hervorrufen. Achten Sie bitte daher besonders auf das Auftreten von Juckreiz, Rötung und Schwellung der Haut. Falls Sie derartige Anzeichen bemerken, beenden Sie bitte die Anwendung von Arnica-Creme-Heel S und suchen Sie Ihren Arzt auf. Der Kontakt der Creme mit Augen, Schleimhäuten sowie offenen Wunden soll vermieden werden. Nach dem Auftragen der Creme sollten die Hände gründlich gereinigt werden. Bei starkem Schmerz, Blässe oder bläulicher Verfärbung sowie bei Schwellung, Kälte und/oder Kribbelgefühl in dem betroffenen Arm/Bein ist unverzüglich ein Arzt aufzusuchen, da es sich um einen Gefäßverschluss handeln kann, der sofortiges ärztliches Eingreifen erfordert. Auch bei einer Verschlimmerung der Beschwerden sowie bei anhaltenden, unklaren oder neuen Beschwerden sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen. Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit: Wie alle Arzneimittel sollten auch homöopathische Arzneimittel während der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden.

## Wechselwirkungen:

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, kürzlich andere Arzneimittel angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel anzuwenden. Allgemeiner Hinweis: Die Wirkung eines homöopathischen Arzneimittels kann durch allgemein schädigende Faktoren in der Lebensweise und durch Reiz- und Genussmittel ungünstig beeinflusst werden.

## Dosierung und Art der Anwendung:

Creme 1- bis 2-mal täglich auf die betroffenen Hautbezirke auftragen. Bei der Anwendung als Salbenverband nur luftdurchlässige Materialien (z. B. Baumwolle) verwenden. Das Arzneimittel ist nur zur äußerlichen Anwendung bestimmt. Der Kontakt mit Augen und Schleimhäuten sowie offenen Wunden soll vermieden werden.

## Dauer der Behandlung:

Auch homöopathische Arzneimittel sollten ohne ärztlichen Rat nicht über längere Zeit angewendet werden.

## Hinweise für die Anwendung:

Wenden Sie nicht die doppelte Dosis an, wenn Sie die vorherige Anwendung vergessen haben. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Nebenwirkungen:

Wie alle Arzneimittel kann dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen. Selten können allergische Hautreaktionen auftreten. Hinweis: Bei der Anwendung von homöopathischen Arzneimitteln können sich vorhandene Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). In diesem Fall sollten Sie das Arzneimittel absetzen und Ihren Arzt befragen.

## 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.

## Hinweise zu Verfallsdatum und Aufbewahrung:

Arzneimittel unzugänglich für Kinder aufbewahren! Das Verfallsdatum dieser Packung ist auf Behältnis und äußerer Umhüllung aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung nicht mehr nach diesem Datum. Nach Anbruch 12 Monate haltbar. Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerbedingungen erforderlich.

## Zusammensetzung:

10,0 g Creme enthalten: Wirkstoff: Arnica montana Ø 1 g. Sonstige Bestandteile: Ethanol 94% (m/m), Gereinigtes Wasser, Emulgierender Cetylstearylalkohol (Typ A), Dickflüssiges Paraffin, Weißes Vaseline.

## Packungsgrößen:

50 g Creme

## Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

Biologische Heilmittel Heel GmbH  
Dr.-Reckeweg-Str. 2-4, 76532 Baden-Baden  
Telefon: 07221 501-00, Telefax: 07221 501-210  
E-Mail: [info@heel.de](mailto:info@heel.de)

## Stand der Information:

Februar 2021

-Heel



**Liebe Patientin, lieber Patient,**

Sie haben in Ihrer Apotheke das Arzneimittel *Arnica-Creme-Heel S* gekauft.

### **Wie reagiert die Muskulatur auf Überlastung?**

Bei ungewohnter Belastung der Muskeln, wie z.B. nach sportlicher Betätigung, können nach einigen Stunden stechende und ziehende Schmerzen auftreten. Meist sind diese als harmloser „Muskelkater“ einzustufen, der sich innerhalb weniger Tage zurückbildet. Kleine Risse im Muskelgewebe, die eine Entzündungsreaktion auslösen, werden für die Beschwerden verantwortlich gemacht.

Suchen Sie bei anhaltenden Schmerzen der Muskulatur immer einen Arzt auf.

### **Wie können Sie die Ausheilung der Beschwerden unterstützen?**

- Vor sportlicher Belastung ist gründliches Aufwärmen der Muskulatur wichtig.
- Dehnungsübungen vor und nach dem Training können helfen, Muskelschmerzen vorzubeugen.
- Wärmebehandlungen, eventuell auch Saunagänge direkt nach der sportlichen Belastung, können wegen der besseren Durchblutung helfen, Schmerzen zu lindern. Die Wärme unterstützt außerdem den Heilungsprozess der geschädigten Muskelfasern, da die Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen verbessert wird.



**Heel wünscht Ihnen gute Besserung!**