NATURA

A natural way of life™

ARNICA PLUS GEL

PATIENT INFORMATION LEAFLET

SCHEDULING STATUS Unscheduled

PROPRIETARY NAME, STRENGTH AND PHARMACEUTICAL FORM
Arnica Plus (Gel)

Read all of this leaflet carefully because it contains important information for you
Arnica Plus is available without a doctor's prescription for you to treat mild conditions. Nevertheless you still need to use Arnica Plus carefully to get the best results from it.

- Keep this leaflet. You may need to read it again.
- Do not share Arnica Plus 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 persist without improvment.

1. WHAT ARNICA PLUS CONTAINS
The active ingredients in Arnica Plus per 0,2 g gel are: *Arnica montana* MT, *Hypericum perforatum* D3, *Rhus toxicodendron* D3, *Ruta graveolens* D3, *Symphytum officinale* D3. The other ingredients are: carbomer, ethanol, purified water, triethanolamine. Preservative: sodium methyl hydroxybenzoate 0,1 %.

2. WHAT ARNICA PLUS IS USED FOR
Arnica Plus is a homoeopathic medicine which assists in relieving pain and reducing minor, localized inflammation and swelling. It helps relieve bruises, muscle ache, muscular stiffness, sprains, muscular strains and muscular backache.

3. BEFORE YOU USE ARNICA PLUS
Do not use Arnica Plus

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

Take special care with Arnica Plus:

- Consult your healthcare practitioner if your symptoms worsen or do not improve within the following time limits: inflammatory conditions should improve within three days; sprains within four days; localized swelling and muscular ache within one week; bruises within ten days; muscular stiffness and muscular strains within two weeks and muscular backache within three weeks.
- If you experience an allergic reaction after applying Arnica Plus, 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.

Using Arnica Plus with food and drink
Arnica Plus is not influenced by taking food and drink.

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

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

Important information about some of the ingredients
If you are unsure of any of the ingredients, ask your pharmacist or healthcare practitioner for information.

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

4. HOW TO USE ARNICA PLUS
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. Only use Arnica Plus externally on the skin.

Wash and dry your hands before and after using the gel. Gentle wash and dry the affected area. Squeeze the gel out against your finger and spread it thinly over and extending slightly outside the affected area. Gently massage the gel into painful muscles being careful not to irritate inflammed areas. Treatment may be continued for as long as necessary and may be stopped at any time when symptoms are no longer present.

The usual dosage is:
Apply a thin layer of gel to the affected area 2 to 3 times daily.

If you forget to apply Arnica Plus
Do not worry if you miss one or two applications, just carry on as soon as you remember. If you continually forget to use the product, it may affect the results.

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

6. STORING AND DISPOSING OF ARNICA PLUS
Store at or below 25 °C in a cool, dry place protected from light and moisture. Keep the tube 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 ARNICA PLUS
Arnica Plus gel is available as 50 g gel packed in a white HDPE tube with white screw-on cap.

8. IDENTIFICATION
Arnica Plus is a clear, light amber gel.

9. REFERENCE NUMBER
U1008 (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 2019

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

15IARPOAA/20J2

NATURA

A natural way of life™

ARNICA PLUS GEL

PASIËNTINLIGTINGSBLAD

SKEDULERINGSTATUS Ongeskeduleerd

HANDELSNAAM, STERKTE EN DOSERINGSVORM
Arnica Plus (Gel)

Lees hierdie inligtingsblad sorgvuldig deur want dit bevat belangrike inligting vir jou
Arnica Plus is beskikbaar sonder 'n doktersvoorskrif vir die verligting van geringe toestande. Arnica Plus moet nogtans noukeurig gebruik word om die beste resultate daaruit te kry.

- Bewaar hierdie inligtingsblad. Dit mag nodig wees om dit weer te lees.
- Moet nie Arnica Plus 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 voortduur sonder verbetering.

1. WAT ARNICA PLUS BEVAT
Die aktiewe bestanddele in Arnica Plus per 0,2 g gel is: *Arnica montana* MT, *Hypericum perforatum* D3, *Rhus toxicodendron* D3, *Ruta graveolens* D3, *Symphytum officinale* D3. Die ander bestanddele is: karbomeer, etanol, gesuiwerde water, trietanolamien. Preserveermiddel: natrium metielhidroksibensoaat 0,1 %.

2. WAARVOOR ARNICA PLUS GEBRUIK WORD
Arnica Plus is 'n homeopatiese medisyne wat help om pyn te verlig en om ligte, gelokaliseerde inflammasie en swelling te verminder. Dit help met die verligting van kneusplekke, spierpyn, stywe seer spiere, verstuitings en rugpyn.

3. VOORDAT JY ARNICA PLUS GEBRUIK
Moet nie Arnica Plus gebruik as

- Indien jy allergies of hipersensitief is teenoor enige van die aktiewe of ander bestanddele van Arnica Plus of dit nie kan verdra nie

Wees veral versigtig met Arnica Plus:

- Raadpleeg jou gesondheidspraktisyn as jou simptome vererger of nie binne die volgende tydperke verbeter nie: gelokaliseerde inflammasie moet binne drie dae verbeter; verstuitings binne vier dae; gelokaliseerde swelling en spierpyn binne een week; kneusplekke binne tien dae; stywe, seer spiere binne twee weke en rugpyn moet binne drie weke verbeter.
- Stop die gebruik van Arnica Plus dadelik en raadpleeg jou gesondheidspraktisyn indien jy 'n allergiese reaksie ervaar nadat jy Arnica Plus aangewend het.
- As jy bestaande mediese behandeling wil vervang, raadpleeg jou dokter of gesondheidspraktisyn voordat jy dit doen.

Gebruik van Arnica Plus saam met voedsel en vloeistowwe
Arnica Plus word nie beïnvloed deur kos en drank nie.

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 Arnica Plus beïnvloed nie 'n mens se vermoë om masjinerie te bestuur en veilig te gebruik nie.

Belangrike inligting oor sommige van die bestanddele
As jy onseker is oor enige van die bestanddele, vra jou apteker of gesondheidspraktisyn vir inligting.

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

4. HOE OM ARNICA PLUS 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. Arnica Plus is slegs bedoel vir eksterne gebruik op die vel.

Was en droog jou hande voor en na die gebruik van die gel. Was die betrokke gebied en maak droog. Druk die gel uit teen jou vinger en versprei dit dun oor en effens buite die geaffekteerde area. As nodig, masseer die gel in seer spiere in maar wees versigtig om nie die geaffekteerde area te irriteer nie. Behandeling kan voortgaan vir so lank as wat nodig is en kan op enige stadium gestop word wanneer simptome nie meer teenwoordig is nie.

Die gewone dosis is:
Wend 'n dun lagie van die gel aan 2 tot 3 keer per dag.

As jy vergeet om Arnica Plus aan te sit
Moenie bekommerd wees as jy een of twee keer vergeet het om Arnica Plus aan te wend nie, gaan voort so gou as wat jy onthou. As jy voortdurend vergeet om die produk te gebruik, kan dit die resultate beïnvloed.

5. MOONTLIKE NEWE-EFFEKTE
Daar is geen newe-effekte vir Arnica Plus 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 ARNICA PLUS
Bewaar by of benede 25 °C in 'n koel, droë plek en beskerm teen lig en vog. Hou die buis dig gesluit. Moenie in 'n badkamer stoor nie. **Hou alle medisyne buite bereik van kinders**. Stuur alle ongebruikte medisyne aan jou apteker terug.

7. AANBIEDING VAN ARNICA PLUS
Arnica Plus gel is beskikbaar as 50 g gel in `n wit HDPE buis met `n wit skroefprop.

8. IDENTIFIKASIE
Arnica Plus gel is helder, ligte amber gel.

9. VERWYSINGSNOMMER
U1008 (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 2019

12. KOMPLEMENTÊRE MEDISYNE
Homeopatiese medisyne
Vrywaring: Hierdie ongeregistreerde medikasie is nie deur SAHPRA vir sy kwaliteit, veiligheid of voorgestelde gebruik geëvalueer nie.