



Alendronato



RECOMENDACIONES ANTES DE EMPEZAR

- Esta página te da información importante sobre este medicamento. Léela antes de empezar a tomarlo.
- Sigue siempre las indicaciones de tu médico o farmacéutico, sobre todo, para tomar la cantidad adecuada de medicamento o cuando tengas efectos no deseados.
- El médico te ha recetado el medicamento solo a ti. No se lo des a otra persona, aunque ella tenga síntomas parecidos.
- Cuando tengas cualquier duda, consulta a tu médico o farmacéutico.



¿Para qué sirve el alendronato?

El alendronato sirve para tratar la osteoporosis.

La osteoporosis es una enfermedad de los huesos.

Los huesos se hacen más delgados y pierden fuerza.

Alendronato ayuda a reconstruir los huesos con osteoporosis.

Sobre todo, reduce el peligro de que una persona se rompa la columna o la cadera.

Cuando las mujeres tienen la menopausia, pueden tener osteoporosis.

La menopausia es el momento en que las mujeres dejan de tener la regla.



Avisos importantes

- Nunca tomes bebidas alcohólicas cuando tomes alendronato.
- Avisa a tu médico si vas a tomar alendronato y te van a sacar un diente o una muela.



Salud más fácil

- Avisa a tu médico si vas a tomar alendronato y te lavas poco los dientes o vas poco al dentista.
- Es posible que tu médico te diga que vayas al dentista antes de empezar.
- Avisa a tu médico si tienes problemas en la boca o en los dientes cuando tomas alendronato.
- Tu médico te recomendará que dejes de fumar, hagas ejercicio y cuides tu alimentación mientras tomas alendronato.
- Tu médico te puede recomendar tomar calcio o vitamina D mientras tomas alendronato.



¿Puedo tomar alendronato?

Nunca tomes alendronato

- Cuando tienes alergia al alendronato.
- Cuando tienes problemas para tragar o tu garganta tiene un estrechamiento
- Cuando no puedes estar de pie o sentada 30 minutos o más.
- Cuando tu médico te dice que tienes poco calcio en la sangre.

Consulta a tu médico cuando tienes alguno de estos problemas de salud y vas a tomar alendronato

- Problemas de riñón.
- Problemas de digestión o para tragar.
- Enfermedad en el esófago,
- que une la garganta con el estómago.
- Problemas para que tu estómago o tus intestinos
- absorban minerales de los alimentos, por ejemplo, hierro o calcio
- Poco calcio en la sangre.
- Problemas en tus encías.
- Cáncer.
- Has sido fumadora.



Consulta a tu médico cuando tomas alguno de estos medicamentos y vas a tomar alendronato

- Contra el cáncer.
- Corticoides, que ayudan contra la inflamación cuando tienes asma, alergias graves o artritis, es decir, inflamación en los huesos.
- Calcio.
- Antiácidos para el estómago.
- Contra el dolor y la inflamación de los músculos.
- Contra el reuma.



¿Cuánto alendronato puedo tomar?

Lo habitual es tomar un comprimido una vez a la semana.



¿Cómo debo tomar alendronato?

Alendronato puede tomarse de las siguientes formas:

- Comprimidos: tienes que tragarlo entero con un vaso grande de agua.

Sigue estas instrucciones para tomar alendronato:

- Tómalo siempre el mismo día de la semana.
- Tienes que tomar alendronato con el estómago vacío.
Por eso, tómalo después de levantarte por la mañana y antes de tomar nada, ni comida, ni bebida ni otro medicamento.
- Tienes que tomarlo con agua de grifo.
No lo tomes con otros líquidos.
- Debes estar sentada, de pie o caminando durante 30 minutos o más después de tomar el comprimido.
- Puedes comer, beber o tomar otro medicamento 30 minutos después de tomar alendronato.



Salud más fácil

Cuando tomes alendronato, nunca debes:

- Machacar ni masticar el comprimido.
- Tomarlo con agua mineral con gas o sin gas, ni con café, ni con té, ni con zumos ni con leche.
- Tomarlo cuando te vas a acostar o antes de levantarte por la mañana.

¿Cómo debes dejar de tomar alendronato?

No dejes de tomar alendronato por tu cuenta.

Tu médico te dirá cuándo debes dejar de tomarlo.

Habla con tu médico cada cierto tiempo para preguntarle si tienes que seguir tomando alendronato.



Deja de tomar alendronato de forma inmediata

Deja de tomar alendronato y avisa enseguida a tu médico en los siguientes casos:

- Te cuesta tragar o te duele cuando tragas.
- Tienes dolor en el pecho.
- Tienes ardores de estómago que antes no tenías o tienes más ardores que antes.
- Tienes úlcera de esófago.
Una úlcera es una herida en un órgano dentro del cuerpo.
El esófago une la garganta con el estómago.
- Picor, hinchazón de la cara, los labios, la lengua o la garganta que te produce problemas para tragar o respirar.
- Sarpullidos.

Si sientes algo anormal o un cambio extraño en tu cuerpo mientras tomas alendronato, avisa de forma urgente a tu médico o farmacéutico.



¿Qué hago si me he olvidado de tomar alendronato?

Espera a la mañana siguiente para tomar alendronato.

Nunca tomes el doble de cantidad para compensar la toma olvidada.

A la semana siguiente, toma alendronato el mismo día de siempre.



¿Qué hago si he tomado más alendronato del debido?

Cuando tienes una sobredosis,

quiere decir que has tomado más medicamento del debido.

Cuando tienes una sobredosis, avisa de forma inmediata:

- A tu médico o tu farmacéutico.
- Al servicio de información toxicológica: llama al teléfono 91 562 04 20

Explica que tomas alendronato y cuánto has tomado.

Avisa enseguida de la sobredosis, aunque no sientas nada.

Toma un vaso de leche y ve al médico.

No intentes provocarte el vómito.

Tampoco te tumbes.



Efectos adversos de alendronato

Los efectos adversos son efectos no deseados del medicamento porque tu cuerpo no tolera el medicamento o le sienta mal.

Alendronato puede tener los siguientes efectos adversos:

- Muy habituales:
 - Dolor fuerte en los huesos, los músculos y las articulaciones, como las rodillas.



Salud más fácil

- Habituales
 - Hinchazón de las manos, las piernas o las articulaciones, como la rodilla, las muñecas o los codos.
 - Dolor en el vientre
 - Malestar en el estómago, sensación de tenerlo lleno o hinchado
 - Estreñimiento o diarrea
 - Gases y eructos después de comer
 - Caída del pelo
 - Picores
 - Dolores de cabeza
 - Mareos
 - Cansancio

Alendronato puede tener otros efectos adversos de forma poco habitual, rara o muy rara.

Si sientes algo anormal o un cambio extraño en tu cuerpo mientras tomas alendronato, avisa de forma urgente a tu médico o farmacéutico.

Comunicación de efectos adversos

Si te sientes mal después de tomar el medicamento, avisa a tu médico o farmacéutico.

También puedes comunicarlo a través de esta página web:

<https://www.notificaram.es>



TE RECOMENDAMOS QUE LEAS TAMBIÉN



Advertencias para algunos pacientes

Mujeres embarazadas o con bebés que toman leche materna

Consulta a tu médico o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento en los siguientes casos:

- Tienes un tratamiento para quedarte embarazada.
- Crees que puedes estar embarazada.
- Estás embarazada.
- Alimentas a tu bebé con leche materna.

Personas que tienen que conducir o utilizar máquinas

Algunos medicamentos pueden producir sueño, nerviosismo, gran relajación u otras alteraciones que pueden ponerte en riesgo cuando conduces o utilizas máquinas.

Consulta a tu médico o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento.

Personas que tienen alergias alimentarias

Los medicamentos pueden estar mezclados con otros ingredientes para recubrirlos, darles un sabor o un color.

Estos ingredientes pueden producir alergias en algunas personas.

Consulta a tu médico o farmacéutico cuando tienes una alergia alimentaria.



Advertencias para conservar medicamentos

Coloca siempre este medicamento lejos de la vista y del alcance de los niños.

Puedes tomar el medicamento hasta la fecha de caducidad que aparece en la caja.

Nunca lo tomes después de esa fecha.



Salud más fácil

La fecha de caducidad suele aparecer
con el número del mes y el año junto a las letras CAD.
La fecha de caducidad es el último día del mes indicado.

Tira este medicamento en el Punto SIGRE.

El Punto SIGRE es un contenedor de las farmacias
solo para tirar medicamentos.

Nunca lo tires a la basura ni por el desagüe del lavabo, el fregadero,
la bañera o el inodoro.

Un proyecto de



Con la colaboración de

SANDOZ

Con el aval de

