

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten

Sumatriptan

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne und wofür wird es angewendet?

2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne beachten?

3. Wie ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einzunehmen?

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

5. Wie ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne aufzubewahren?

6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

1. Was ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne und wofür wird es angewendet?



Was ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne?

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne wird oral eingenommen und enthält Sumatriptan, das zur Arzneimittelgruppe der so genannten Triptane gehört (ebenfalls bekannt als 5-HT₁-Rezeptor-Agonisten).

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne wird angewendet zur

- akuten Behandlung der Kopfschmerzphase bei Migräneanfällen mit und ohne Aura, nach der Erstdiagnose einer Migräne durch einen Arzt.

Migränesymptome können durch die vorübergehende Erweiterung der Blutgefäße im Kopf verursacht werden. Man nimmt an, dass Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne diese Erweiterung der Blutgefäße vermindert. Das hilft dabei, dass die Kopfschmerzen vergehen und andere Symptome des Migräneanfalls gelindert werden, wie z. B. Übelkeit oder Erbrechen sowie Licht- und Lärmempfindlichkeit.

2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne beachten?



Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne darf nicht eingenommen werden,

- wenn Sie allergisch gegen Sumatriptan oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.
- wenn Sie Probleme mit dem Herz haben, wie z. B. Verengung der Herzkranzgefäße (ischämische Herzkrankheit) oder Brustschmerzen (Angina pectoris), oder wenn Sie bereits einen Herzinfarkt hatten.
- wenn Sie Durchblutungsstörungen in Ihren Beinen haben, die krampfartige Schmerzen beim Gehen verursachen (periphere Gefäßerkrankung).
- wenn Sie einen Schlaganfall hatten oder vorübergehende Zustände von Minderdurchblutung im Gehirn (auch vorübergehende ischämische Attacke genannt).
- wenn Sie hohen Bluthochdruck haben. Sie können Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne möglicherweise einnehmen, wenn Ihr Blutdruck leicht erhöht und gut eingestellt ist.
- wenn Sie eine schwere Lebererkrankung haben.
- zusammen mit anderen Migräne-Medikamenten, einschließlich solcher, die Ergotamin enthalten, oder vergleichbarer Medikamente wie Methysergid oder einem anderen Triptan/5-HT₁-Rezeptor-Agonisten (Medikamente, die ebenfalls zur Behandlung von Migräne verwendet werden).

- wenn Sie bestimmte Antidepressiva, so genannte MAO-Hemmer (Monoaminoxidase-Hemmer) einnehmen oder bis vor zwei Wochen eingenommen haben.

Wenn eine dieser Gegenanzeigen auf Sie zutrifft, nehmen Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht ein und sprechen Sie mit Ihrem Arzt.

Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bevor Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen, muss ein Arzt festgestellt haben, dass Ihre Kopfschmerzen durch Migräne und nicht durch andere Erkrankungen verursacht werden.

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen, wenn Sie bestimmte Risikofaktoren haben:

- Wenn Sie ein starker Raucher sind oder wenn Sie sich einer Nikotinersatztherapie unterziehen, und besonders
- wenn Sie ein Mann über 40 Jahre sind, oder
- wenn Sie eine Frau in oder nach den Wechseljahren (Menopause) sind. In sehr seltenen Fällen sind bei Patienten nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne schwerwiegende Herzprobleme aufgetreten, ohne dass es vorher Anzeichen für eine Herzerkrankung gab.

Wenn einer der oben genannten Punkte auf Sie zutrifft, könnte das bedeuten, dass Sie ein erhöhtes Risiko für das Auftreten einer Herzerkrankung haben, daher informieren Sie Ihren Arzt, damit Ihre Herzfunktion überprüft werden kann, bevor Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen.

Wenn Sie in der Vergangenheit unter Krampfanfällen (epileptischen Anfällen) litten oder bei Ihnen Risikofaktoren vorliegen, die die Gefahr von Krampfanfällen erhöhen, zum Beispiel eine Kopfverletzung oder Alkoholabhängigkeit, informieren Sie Ihren Arzt, damit er Sie genauer überwachen kann.

Wenn Sie eine Leber- oder Nierenerkrankung haben, informieren Sie Ihren Arzt, damit er Sie genauer überwachen kann.

Wenn Sie allergisch gegen so genannte Sulfonamid-Antibiotika sind, könnten Sie ebenfalls allergisch gegen Sumatriptan sein. Falls Sie wissen, dass Sie allergisch gegen ein Antibiotikum sind, aber nicht wissen, ob es sich um ein Sulfonamid handelt, sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen.

Wenn Sie Medikamente gegen Depressionen, so genannte SSRIs (selektive Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer) oder SNRIs (Serotonin-Noradrenalin-Wiederaufnahme-Hemmer) einnehmen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen. Siehe

auch unter „Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne zusammen mit anderen Arzneimitteln“ weiter unten.

Wenn Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne häufig einnehmen:

Eine zu häufige Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne kann Ihre Kopfschmerzen verschlimmern. Informieren Sie Ihren Arzt, wenn dies auf Sie zutrifft. Er wird Ihnen möglicherweise das Absetzen von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne empfehlen.

Wenn Sie nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne Schmerzen oder Engegefühl im Brustkorb fühlen, können diese Effekte intensiv sein, gehen aber üblicherweise schnell vorüber. Falls sie nicht schnell vorübergehen oder falls sie schlimmer werden, suchen Sie umgehend einen Arzt auf. In Abschnitt 4 dieser Packungsbeilage finden Sie mehr Informationen zu diesen möglichen Nebenwirkungen.

Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne zusammen mit anderen Arzneimitteln

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/anwenden, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen/angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel einzunehmen/anzuwenden.

Manche Arzneimittel dürfen nicht zusammen mit Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne eingenommen werden und andere können unerwünschte Wirkungen verursachen, wenn sie zusammen mit Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne eingenommen werden. Sie müssen mit Ihrem Arzt sprechen, wenn Sie folgende Arzneimittel einnehmen:

- Ergotamin, das ebenfalls zur Migränebehandlung eingesetzt wird, oder ähnliche Arzneimittel, wie z. B. Methysergid (siehe 2. unter „Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne darf nicht eingenommen werden“). Wenden Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht gleichzeitig mit diesen Arzneimitteln an. Beenden Sie die Einnahme dieser Arzneimittel mindestens 24 Stunden vor der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne. Nehmen Sie nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne mindestens innerhalb der nächsten 6 Stunden keine Arzneimittel, die Ergotamin oder mit Ergotamin verwandte Substanzen enthalten, ein.
- Andere Triptane/5-HT₁-Rezeptor-Agonisten (wie z. B. Naratriptan, Rizatriptan, Zolmitriptan), die auch zur Behandlung der Migräne eingenommen werden (siehe 2. unter „Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne darf nicht eingenommen werden“). Wenden Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht gleichzeitig mit diesen Arzneimitteln an. Beenden Sie die Einnahme dieser Arzneimittel mindestens 24 Stunden vor der Einnahme von

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne. Nehmen Sie nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne mindestens innerhalb der nächsten 24 Stunden keine anderen Triptane/ 5-HT₁-Rezeptor-Agonisten ein.

- SSRIs (selektive Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer) oder SNRIs (Serotonin-Noradrenalin-Wiederaufnahme-Hemmer) zur Behandlung von Depressionen. Die gleichzeitige Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne mit diesen Arzneimitteln kann ein so genanntes Serotonin-Syndrom verursachen (Symptome können Unruhe, Verwirrtheit, Schwitzen, Halluzinationen, gesteigerte Reflexe, Muskelkrämpfe, Zittern/Frösteln, erhöhten Herzschlag und Schütteln beinhalten). Informieren Sie sofort Ihren Arzt, wenn sie auf diese Weise beeinträchtigt sind.
- MAO-Hemmer (Monoaminoxidase-Hemmer) zur Behandlung von Depressionen. Wenden Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht an, wenn Sie ein derartiges Arzneimittel innerhalb der letzten beiden Wochen eingenommen haben.
- Johanniskraut (*Hypericum perforatum*). Bei gemeinsamer Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne und pflanzlichen Zubereitungen, die Johanniskraut enthalten, können möglicherweise eher Nebenwirkungen auftreten.

Schwangerschaft und Stillzeit

Wenn Sie schwanger sind oder stillen, oder wenn Sie vermuten, schwanger zu sein oder beabsichtigen, schwanger zu werden, fragen Sie vor der Einnahme dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Schwangerschaft:

Es gibt bisher nur begrenzte Informationen zur Sicherheit von Sumatriptan bei schwangeren Frauen, auch wenn es bisher keinen Anhalt für ein erhöhtes Fehlbildungsrisiko gibt. Ihr Arzt wird mit Ihnen besprechen, ob Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne während der Schwangerschaft einnehmen sollten oder nicht.

Stillzeit:

Stillen Sie Ihren Säugling bis 12 Stunden nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht. Wenn Sie während dieser Zeit Milch abpumpen, werfen Sie diese und geben Sie sie nicht Ihrem Säugling.

Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen

Sowohl durch den Migräneanfall als auch durch die Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne kann Müdigkeit hervorgerufen werden. Wenn Sie hier von betroffen sind, fahren Sie nicht Auto und bedienen Sie keine Maschinen.

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne enthält Lactose und Natrium.

Bitte nehmen Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.

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

3. Wie ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einzunehmen?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

Nehmen Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne erst dann ein, wenn der Migränekopfschmerz begonnen hat. Nehmen Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht ein, um einer Migräneattacke vorzubeugen.

Welche Menge sollten Sie einnehmen?

Die übliche Dosis für Erwachsene zwischen 18 und 65 Jahren ist eine Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtablette. Einige Patienten können 100 mg Sumatriptan benötigen (entspricht 2 Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten). Bei Einnahme höherer Dosen als 100 mg Sumatriptan ist keine Wirkungsverbesserung zu erwarten. Nehmen Sie nicht mehr als 300 mg Sumatriptan (entspricht 6 Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten) innerhalb von 24 Stunden ein.

Die Tablette kann in gleiche Dosen geteilt werden.

Wann sollten Sie Sumatriptan einnehmen?

Am besten wenden Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne an, sobald Sie bemerken, dass der Migränekopfschmerz beginnt. Die Einnahme kann aber auch zu einem beliebigen späteren Zeitpunkt während einer Migräneattacke erfolgen.

Wenn Ihre Symptome wiederkehren

Wenn bereits abgeklungene Beschwerden wieder auftreten, können Sie weitere Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten innerhalb der nächsten 24 Stunden einnehmen, jedoch im Abstand von mindestens 2 Stunden. Nehmen Sie nicht mehr als 300 mg Sumatriptan (entspricht 6 Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten) innerhalb von 24 Stunden ein.

Wie ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einzunehmen?

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne wird unzerkaut mit Wasser eingenommen.

Wenn die erste Filmtablette keine Wirkung zeigt

Wenden Sie keine zweite Filmtablette und auch keine andere Darreichungsform von Sumatriptan für dieselbe Migräneattacke an. Wenn Ihnen Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne keinerlei Linderung verschafft, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Anwendung bei Kindern, Jugendlichen und älteren Patienten

Die Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne wird bei Kindern, Jugendlichen und älteren Patienten (über 65 Jahre) nicht empfohlen.

Wenn Sie eine größere Menge von Sumatriptan eingenommen haben, als Sie sollten

Die Einnahme von zu viel Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne kann Sie krank machen. Wenn Sie mehr als 6 Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten innerhalb von 24 Stunden eingenommen haben, fragen Sie Ihren Arzt um Rat.

Wenn Sie weitere Fragen zur Einnahme dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?



Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Einige Symptome können durch die Migräne selbst verursacht sein.

Allergische Reaktionen: Suchen Sie umgehend einen Arzt auf.

Die folgenden Nebenwirkungen sind aufgetreten, aber die genaue Häufigkeit ihres Auftretens ist nicht bekannt. Zeichen einer Allergie können sein: Hautausschlag, Nesselsucht (juckender Ausschlag); pfeifende Atemgeräusche; geschwollene Augenlider, Gesicht oder Lippen; Kreislaufzusammenbruch.

Wenn Sie eines dieser Symptome kurz nach der Einnahme von Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne bemerken, nehmen Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne nicht mehr ein. Suchen Sie umgehend einen Arzt auf.

Häufig (kann bis zu 1 von 10 Behandelten betreffen)

Schmerzen, Schweregefühl, Druckgefühl, Enge oder Schmerzen in der Brust, im Hals oder in anderen Körperteilen, ungewöhnliche Empfindungen oder Sinneseindrücke wie Taubheitsgefühl, Kribbeln, Hitze- oder Kältegefühl. Diese Symptome können intensiv sein, gehen aber im Allgemeinen schnell vorüber.

Wenn diese Symptome andauern oder schlimmer werden (besonders die Brustschmerzen), suchen Sie umgehend einen Arzt auf. Bei sehr wenigen Patienten können diese Symptome durch einen Herzinfarkt verursacht sein.

Weitere häufige Nebenwirkungen

- Übelkeit oder Erbrechen, dies kann jedoch durch die Migräneattacke selbst ausgelöst werden.
- Müdigkeit oder Benommenheit.
- Schwindel, sich schwach fühlen, Hitzewallungen/Gesichtsrotung.
- Vorübergehender Blutdruckanstieg.
- Kurzatmigkeit.
- Schmerzende Muskeln.

Sehr selten (kann bis zu 1 von 10.000 Behandelten betreffen)

Veränderungen der Leberfunktion. Wenn bei Ihnen die Leberwerte im Blut überprüft werden, informieren Sie Ihren Arzt oder die Arzthelferin, dass Sie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne einnehmen.

Einige Patienten können die folgenden Nebenwirkungen haben, aber es ist nicht bekannt, in welcher Häufigkeit sie auftreten (Häufigkeit auf Grundlage der verfügbaren Daten nicht abschätzbar)

- Krampfanfälle (epileptische Anfälle), Zittern, Muskelkrämpfe, Steifheit des Nackens.
- Gesichtsfeldausfälle, Augenzittern.
- Sehestörungen, wie Augenflimmern, Verminderung der Sehschärfe, Doppelsehen, Sehverlust und in einigen Fällen auch bleibender Sehverlust (diese Symptome können auch durch die Migräneattacke selbst ausgelöst werden).
- Herzbeschwerden, bei denen der Herzschlag sich beschleunigen, verlangsamen oder den Rhythmus ändern kann, Schmerzen in der Brust (Angina pectoris) oder Herzinfarkt.
- Blasse, blau getönte Haut und/oder Schmerzen in den Fingern, Zehen, Ohren, in der Nase oder im Kiefer als Reaktion auf Kälte oder Stress (Raynaud-Syndrom).
- Ohnmachtsgefühl (der Blutdruck kann absinken).
- Schmerzen im linken Unterbauch und blutiger Durchfall (ischämische Kolitis).
- Durchfall
- Gelenkschmerzen
- Angst/Unruhe
- Übermäßiges Schwitzen
- Schluckbeschwerden

- Wenn Sie vor kurzem eine Verletzung hatten oder wenn Sie eine Entzündung haben (wie Rheuma oder eine Entzündung des Dickdarms), kann es sein, dass Sie an der Stelle der Verletzung oder der Entzündung Schmerzen verspüren, oder dass sich die Schmerzen verschlimmern.

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: <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.

5. Wie ist Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne aufzubewahren?



Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und den Blisterpackungen nach „Verwendbar bis“/„Verw. bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerungsbedingungen erforderlich.

Entsorgen Sie Arzneimittel niemals über das Abwasser (z. B. nicht über die Toilette oder das Waschbecken). Fragen Sie in Ihrer Apotheke, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei. Weitere Informationen finden Sie unter www.bfarm.de/arzneimittelentsorgung.

6. Inhalt der Packung und weitere Informationen



Was Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten enthält

- Der Wirkstoff ist Sumatriptan.
- Jede Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtablette enthält 70 mg Sumatriptansuccinat (entspricht 50 mg Sumatriptan).

- Die sonstigen Bestandteile sind: Lactose-Monohydrat, Croscarmellose-Natrium, Mikrokristalline Cellulose, Hochdisperses Siliciumdioxid, Magnesiumstearat (Ph.Eur.) [pflanzlich], Hypromellose, Titandioxid, Macrogol 3000, Triacetin, Eisen(III)-oxid, Eisen(III)-hydroxid-oxid, Eisen(II,III)-oxid.

Wie Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten aussehen und Inhalt der Packung

Pfirsichfarbene, längliche Filmtabletten mit der Prägung „5“ und „0“ auf einer Seite und Bruchkerbe auf beiden Seiten.

Sumatriptan-ratiopharm® bei Migräne 50 mg Filmtabletten ist in Packungen mit 2 Filmtabletten erhältlich.

Pharmazeutischer Unternehmer

ratiopharm GmbH
Graf-Arco-Str. 3
89079 Ulm

Hersteller

Merckle GmbH
Ludwig-Merckle-Str. 3
89143 Blaubeuren

oder

TEVA Pharmaceutical Works Private Limited Company
– Teva Gyógyszergyár Zrt. –
Pallagi út 13
4042 DEBRECEN
UNGARN

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im Mai 2021.

Versionscode: Z03