

NOTICE

Notice : information de l'utilisateur

SPORTENINE comprimés à croquer

Arnica montana 9 CH, Sarcolacticum acidum 3 CH, Zincum oxydatum 3 CH

Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous.

Vous devez toujours prendre ce médicament en suivant scrupuleusement les informations fournies dans cette notice ou par votre médecin ou votre pharmacien.

- Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.
- Adressez-vous à votre pharmacien pour tout conseil ou information.
- Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Voir rubrique 4.
- Vous devez vous adresser à votre médecin si vous ne ressentez aucune amélioration ou si vous vous sentez moins bien après 3 jours.

Que contient cette notice ?

1. Qu'est-ce que SPORTENINE, comprimés à croquer et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre SPORTENINE, comprimés à croquer ?
3. Comment prendre SPORTENINE, comprimés à croquer ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver SPORTENINE, comprimés à croquer ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations

1. Qu'est-ce que SPORTENINE, comprimés à croquer et dans quels cas est-il utilisé ?

Médicament homéopathique associant des composants traditionnellement utilisés en cas de crampes musculaires, de courbatures, de fatigue musculaire, lors d'efforts sportifs ou de surmenage physique.

2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre SPORTENINE, comprimés à croquer ?

Ne prenez jamais SPORTENINE

Si vous êtes allergique aux substances actives ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.

Enfants

Ce médicament est contre-indiqué chez les enfants de moins de 6 ans en raison du risque de fausse route lié à la forme pharmaceutique.

Autres médicaments et SPORTENINE

Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament.

Grossesse, allaitement et fertilité

Si vous êtes enceinte ou que vous allaitez, si vous pensez être enceinte ou planifiez une grossesse, demandez conseil à votre médecin ou pharmacien avant de prendre ce médicament. Il n'existe pas de données sur l'utilisation de SPORTENINE chez la femme enceinte ou allaitante. Aucun effet indésirable lié aux substances actives n'est attendu durant la grossesse ou l'allaitement en raison de leur degré de dilution.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

SPORTENINE n'a aucun effet ou qu'un effet négligeable sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines.

SPORTENINE contient du glucose et du lactose

Si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

Ce médicament contient 1,6 g de glucose par comprimé dont il faut tenir compte dans la ration journalière en cas de régime pauvre en sucre ou de diabète.

3. Comment prendre SPORTENINE, comprimés à croquer ?

Veillez à toujours prendre ce médicament en suivant exactement les instructions de cette notice ou les indications de votre médecin ou pharmacien. Vérifiez auprès de votre médecin ou pharmacien en cas de doute.

SPORTENINE est d'autant plus efficace que vous l'accompagnez d'une bonne hygiène de vie et de mesures préventives. Ainsi les échauffements avant et les étirements après vos entraînements contribuent à une meilleure préparation et récupération.

Posologie :

- Avant l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer la veille ou juste avant l'épreuve.
- Pendant l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer toutes les heures.
- Après l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer, à renouveler toutes les heures jusqu'à amélioration.

Mode d'administration : Voie orale. Ne pas dépasser 10 comprimés par jour.

Si vous avez pris plus de SPORTENINE que vous n'auriez dû

Compte tenu de la composition de ce médicament, il n'y a pas de risque de surdosage lié aux substances actives. En cas de prise d'une dose double, les effets ne seront pas plus prononcés. Aucun effet secondaire n'est attendu en cas de prise d'une double dose.

Si vous avez utilisé ou pris trop de SPORTENINE, prenez immédiatement contact avec votre médecin, votre pharmacien ou le centre Antipoison (070/245.245).

Si vous oubliez de prendre SPORTENINE

Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre.

Si vous arrêtez de prendre SPORTENINE

Aucun effet n'est attendu lors de l'arrêt du traitement.

Si vous avez d'autres questions sur l'utilisation de ce médicament, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?

Comme tous les médicaments, ce médicament peut provoquer des effets indésirables, mais ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Vous pouvez également déclarer les effets indésirables directement via le système national de déclaration :

Belgique :

Agence Fédérale des Médicaments et des Produits de Santé

Division Vigilance

Boîte Postale 97

1000 BRUXELLES

Madou

Site internet: www.notifieruneffetindesirable.be

e-mail: adr@afmps.be

Luxembourg :

Direction de la Santé, Division de la Pharmacie et des Médicaments

Tél. : (+352) 2478 5592

E-mail : pharmacovigilance@ms.etat.lu

Lien pour le formulaire :

<https://guichet.public.lu/fr/entreprises/sectoriel/sante/medecins/notification-effets-indesirables-medicaments.html>

En signalant les effets indésirables, vous contribuez à fournir davantage d'informations sur la sécurité du médicament.

5. Comment conserver SPORTENINE, comprimés à croquer ?

Tenir hors de la vue et de la portée des enfants.

Ce médicament ne nécessite pas de précautions particulières de conservation. .

N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur la boîte après EXP. Les deux premiers chiffres indiquent le mois, les quatre suivants l'année. La date de péremption fait référence au dernier jour de ce mois.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l'égout ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien d'éliminer les médicaments que vous n'utilisez plus. Ces mesures contribueront à protéger l'environnement.

6. Contenu de l'emballage et autres informations

Ce que contient SPORTENINE

- Les substances actives sont :

| | |
|-----------------------------------|---------|
| Arnica montana 9 CH | 6,67 mg |
| Sarcolacticum acidum 3 CH | 6,67 mg |
| Zincum oxydatum 3 CH | 6,67 mg |
| Pour un comprimé à croquer de 2g. | |

- Les autres composants sont : glucose monohydraté, lactose monohydraté, stéarate de magnésium, acide citrique monohydraté, arôme naturel citron.

Aspect de SPORTENINE et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de comprimés à croquer répartis dans 2 tubes de 11 comprimés. Une boîte contient 22 comprimés à croquer.

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

BOIRON
2 avenue de l'Ouest Lyonnais
69510 Messimy
France

Numéro de l'autorisation de mise sur le marché

HO-BE518355

Mode de délivrance

Délivrance libre.

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est 04/2022.