

Dénomination du médicament

SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent
Aspartate d'arginine, acide ascorbique

Encadré

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 un mois.

Que contient cette notice ?

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

1. QU'EST-CE QUE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?

Classe pharmacothérapeutique : TONIQUES - code ATC : A13A

Ce médicament contient un acide aminé (l'aspartate d'arginine) et de la vitamine C.

Il est indiqué dans les états de fatigue passagers de l'adulte (à partir de 15 ans).

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?

Ne prenez jamais SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent :

- si vous êtes allergique aux substances actives ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.
- si vous avez un calcul rénal (oxalo-calcique).
- si vous avez une phénylcétonurie (maladie héréditaire dépistée à la naissance) en raison de la présence d'aspartam.

Avertissements et précautions

- Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent. En raison d'un effet légèrement stimulant, il est souhaitable de ne pas prendre ce médicament en fin de journée.
- Si votre fatigue s'accroît ou persiste après 1 mois de traitement ou si elle s'accompagne de manifestations inhabituelles (voir Conseils d'éducation sanitaire), prenez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

Enfants

Sans objet.

Autres médicaments et SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent

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

Ce médicament contient de l'aspartate d'arginine et de la vitamine C. D'autres médicaments en contiennent. Ne les associez pas, afin de ne pas dépasser les doses maximales conseillées (voir rubrique 3).

SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent avec des aliments et boissons

Sans objet.

Grossesse et allaitement

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.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

Sans objet.

SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent contient du sodium, de l'aspartam et du sorbitol.

- Ce médicament contient 109 mg de sodium (composant principal du sel de cuisine/table) par comprimé effervescent. Cela équivaut à 5,5 % de l'apport alimentaire quotidien maximal recommandé de sodium pour un adulte. En tenir compte chez les personnes suivant un régime pauvre en sel strict.
- Ce médicament contient 5 mg d'aspartam par comprimé effervescent. L'aspartam contient une source de phénylalanine. Peut être dangereux pour les personnes atteintes de phénylcétonurie (PCU), une maladie génétique rare caractérisée par l'accumulation de phénylalanine ne pouvant être éliminée correctement.
- Ce médicament contient 0,6 mg de sorbitol par comprimé effervescent.

3. COMMENT PRENDRE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?

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.

RESERVE A L'ADULTE (à partir de 15 ans).

Posologie

- Soit un comprimé effervescent le matin et un le midi.
- Soit deux comprimés effervescents le matin ou le midi en une seule prise.
- Ne pas dépasser 2 comprimés effervescents par jour.
- Faire dissoudre les comprimés effervescents dans un verre d'eau avant de boire.

Durée de traitement

La durée d'utilisation est limitée à 1 mois.

Si vous avez pris plus de SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent que vous n'auriez dû

- A doses supérieures à 1 g/jour en vitamine C, possibilité de :
 - Troubles digestifs (brûlures d'estomac, diarrhée)
 - Troubles urinaires (formation de calculs rénaux)
- A doses supérieures à 2 g/jour en vitamine C, la vitamine C peut interférer avec les tests biologiques suivants : dosage de la créatinine et du glucose sanguin et urinaire (contrôle du diabète par tigelette à la glucose-oxydase).

- A doses supérieures à 3 g/jour en vitamine C, risque d'hémolyse (destruction des globules rouges) chez les sujets déficients en glucose-6-phosphate déshydrogénase (enzyme spécifique des globules rouges).

Si vous oubliez de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent
Sans objet.

Si vous arrêtez de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent
Sans objet.

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 INDESIRABLES EVENTUELS ?

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

L'arginine risque de provoquer des troubles gastro-intestinaux. A fortes doses, elle pourra entraîner de la diarrhée.

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 : Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) et réseau des Centres Régionaux de Pharmacovigilance - Site internet :

www.signalement-sante.gouv.fr

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

5. COMMENT CONSERVER SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?

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

N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur l'emballage.

Pas de précautions particulières de conservation.

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 SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent

- Les substances actives sont :

Aspartate d'arginine	1,5 g
Acide ascorbique	0,5 g

Pour un comprimé effervescent.

- Les autres composants sont : acide citrique anhydre, bicarbonate de sodium, carbonate de sodium anhydre, citrate de sodium dihydraté, silice colloïdale anhydre, aspartam, saccharine sodique, rouge de betterave (E 162), phosphate sodique de riboflavine, maltodextrine, arôme citron.

Qu'est-ce que SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de comprimé effervescent.

Boîte de 10, 20 ou 40.

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

MEDA PHARMA

40-44 RUE WASHINGTON

75008 PARIS

Exploitant de l'autorisation de mise sur le marché

MYLAN MEDICAL SAS

40-44 RUE WASHINGTON

75008 PARIS

Fabricant

HERMES PHARMA GES.M.B.H.

SCHWIMMSCHULWEG 1A

9400 WOLFSBERG

AUTRICHE

Noms du médicament dans les Etats membres de l'Espace Economique Européen

Sans objet.

La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est :

[à compléter ultérieurement par le titulaire]

Autres

Des informations détaillées sur ce médicament sont disponibles sur le site Internet de l'ANSM (France).

Conseils d'éducation sanitaire :

Ce médicament a pour but d'atténuer un état de fatigue passager.

Il convient de distinguer la fatigue physique normale survenant à la suite d'un effort important par exemple et l'asthénie qui est une fatigue en dehors de tout effort.

- La fatigue survenant à la suite d'un effort physique est normale : le repos suffit à la faire disparaître.
- La fatigue qui ne cède pas au repos ou asthénie est la sensation de ne pas pouvoir fournir un effort avant même de l'avoir commencé. Cette fatigue peut être la conséquence d'un surmenage, d'une maladie.

Certains médicaments peuvent aussi entraîner une fatigue inhabituelle : relisez la notice des médicaments que vous prenez et demandez l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin. Mais, dans de nombreux cas, aucune cause précise n'est retrouvée. La fatigue peut se manifester par des symptômes très variables. Cela peut être une impression générale de faiblesse. Mais parfois des symptômes peuvent s'y associer comme des troubles du sommeil (insomnie, sommeil agité), intellectuels (difficultés de concentration, de la mémoire et de l'attention), sexuels (diminution du désir), du caractère (irritabilité, pessimisme, tristesse, démotivation).

Vous pouvez diminuer votre fatigue en respectant autant que possible les conseils suivants :

- Reposez-vous, relaxez-vous, cherchez les raisons de votre fatigue,
- Pratiquez une activité physique régulière et adaptée,
- Ayez une alimentation équilibrée (notamment évitez la prise d'alcool, de tabac, d'excitants),
- Retrouvez votre rythme de sommeil (heure du coucher régulière et durée suffisante de sommeil).

Demandez l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin dans les cas suivants :

- Absence d'amélioration après 1 mois de traitement.
- Augmentation de la sensation de fatigue en cours de traitement.
- Survenue de nouveaux symptômes ou de symptômes inhabituels.