

Optovit E, 200 U.I., capsules, molles

Vitamine E (d- α -tocophérol)

Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament. Elle contient des informations importantes pour votre traitement.

Ce médicament est disponible sans prescription médicale. Toutefois, vous devez toujours prendre Optovit E avec prudence pour en obtenir les meilleurs effets.



- Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.
- Si vous avez besoin de plus d'informations et de conseils, adressez-vous à votre pharmacien.
- Si les symptômes s'aggravent ou persistent, consultez un médecin.
- Si l'un des effets indésirables devient grave ou si vous remarquez tout effet indésirable non mentionné dans cette notice, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien.

Dans cette notice:

1. Qu'est-ce que Optovit E et dans quel cas est-il utilisé?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre Optovit E?
3. Comment prendre Optovit E?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels?
5. Comment conserver Optovit E?
6. Informations supplémentaires.

1. QU'EST-CE QUE OPTOVIT E ET DANS QUEL CAS EST-IL UTILISÉ?

Optovit E est pris pour combler ou éviter une carence en vitamine E.

Les symptômes suivants peuvent apparaître en cas de carence en vitamine E:

- Appauvrissement du sang suite à la décomposition des globules rouges.
- Faiblesse musculaire croissante.
- Atteinte du système nerveux, principalement chez les enfants souffrant de troubles de l'absorption.
- Atteinte de la rétine.

La vitamine E est désignée:

- En cas de besoin accru, par exemple lors d'un effort physique particulier ou si l'alimentation est riche en acides gras polyinsaturés.
- En cas de problèmes d'absorption de la vitamine E, par exemple dans le cas d'inflammation du pancréas, après ablation de l'estomac, en cas de fibrose kystique (mucoviscidose, une maladie héréditaire caractérisée par une prolifération du tissu conjonctif et la formation de kystes dans divers organes), en cas de trouble de l'absorption de la muqueuse intestinale (muguet), en cas d'affection héréditaire caractérisée par l'absence d'une protéine indispensable à la formation des lipoprotéines (abétalipoprotéïnémie).

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE OPTOVIT E?

Ne prenez jamais Optovit E

- Si vous êtes allergique (hypersensible) à la vitamine E ou à l'un des autres composants contenus dans Optovit E.

Faites attention avec Optovit E

- Consultez un médecin en cas de plaintes sévères, si vous n'avez pas des résultats après la prise. En effet, des maladies qui vont de pair avec une carence en vitamine E ont souvent d'autres causes.
- La vitamine E pourrait s'opposer à l'effet de la vitamine K et, dans certaines circonstances déterminées, ralentir la vitesse de coagulation, par exemple en cas de traitement simultané aux hormones sexuelles féminines (œstrogènes) ou lors de la prise de médicaments s'opposant à la coagulation.

L'importance de ces effets n'est cependant pas encore montrée.

- Si vous utilisez d'autres médicaments, veuillez également lire la rubrique « Utilisation d'autres médicaments ».

Veillez consulter votre médecin si une des mises en garde mentionnées ci-dessus est d'application pour vous, ou si elle l'a été dans le passé.

Utilisation d'autres médicaments

Si vous utilisez ou avez utilisé récemment un autre médicament, y compris un médicament obtenu sans ordonnance, parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien.

La vitamine E pourrait s'opposer à l'effet de la vitamine K et, dans certaines circonstances déterminées, ralentir la vitesse de coagulation, par exemple en cas de traitement simultané aux hormones sexuelles féminines (œstrogènes) ou lors de la prise de médicaments s'opposant à la coagulation.

L'importance de ces effets n'est cependant pas encore montrée.

Aliments et boissons

Aucune mesure particulière n'est nécessaire.

Grossesse et allaitement

Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

- Optovit E peut être utilisé sans problème pendant la grossesse ou l'allaitement.
- La vitamine E passe dans le lait maternel. Celui-ci contient une quantité suffisante pour couvrir les besoins d'un nouveau-né en bonne santé.
- La quantité de vitamine E recommandée par jour est de 15 U.I. (10 mg) pendant la grossesse et de 18 U.I. (12 mg) lors de l'allaitement.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

La prise d'Optovit E n'a aucune influence sur la capacité de conduire un véhicule ou une machine.

Informations importantes concernant certains composants d'Optovit E

Ce médicament contient de l'huile de fève de soja. Ne prenez pas ce médicament si vous êtes allergique aux cacahuètes ou au soja.

3. COMMENT PRENDRE OPTOVIT E?

Respectez toujours la posologie indiquée par votre médecin. En cas de doute, consultez votre médecin ou votre pharmacien.

- Complément ou prophylaxie d'une carence en vitamine E:
Adultes et enfants à partir de 14 ans:
1 à 3 capsules par jour.
Prendre les capsules avec un verre d'eau.
- Une alimentation variée et équilibrée couvre normalement les besoins en vitamine E d'une personne en bonne santé; celui-ci varie en fonction de l'âge.

| <i>Age</i> | <i>Quantité recommandée de Vitamine E par jour</i> |
|--------------------------|--|
| Nourrissons 0-6 mois | 4,5 U.I. (3 mg) |
| Nourrissons 6-12 mois | 6 U.I. (4 mg) |
| Enfants 1-4 ans | 9 U.I. (6 mg) |
| Enfants 4-10 ans | 10,4 U.I. (7 mg) |
| Adultes: hommes > 10 ans | 15 U.I. (10 mg) |
| femmes > 10 ans | 12 U.I. (8 mg) |
| Grossesse | 15 U.I. (10 mg) |
| Allaitement | 18 U.I. (12 mg) |

Si vous avez pris plus d'Optovit E que vous n'auriez dû

Si vous avez pris trop d'Optovit E, prenez immédiatement contact avec votre médecin, votre pharmacien ou le Centre Antipoison (070/245.245).

À des doses supérieures à 1 g (1493 U.I.), des troubles gastro-intestinaux peuvent éventuellement survenir, accompagnés de symptômes tels que maux de tête, fatigue, faiblesse musculaire ou tension artérielle trop élevée.

Si vous oubliez de prendre Optovit E

Optovit E peut être pris à n'importe quel moment de la journée. L'oubli d'une dose n'a aucune conséquence et ne nécessite la prise d'aucune mesure spéciale.

Si vous arrêtez de prendre Optovit E

Aucune mesure particulière n'est nécessaire.

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, Optovit E peut provoquer des effets indésirables, mais ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

La vitamine E est, en général, bien supportée. En cas de doses supérieures à 1 g (1493 U.I.), des troubles gastro-intestinaux peuvent éventuellement survenir, accompagnés de symptômes tels que maux de tête, fatigue, faiblesse musculaire ou tension artérielle trop élevée.

Si vous ressentez un des effets mentionnés comme grave ou si vous présentez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

5. COMMENT CONSERVER OPTOVIT E?

Tenir hors de la portée et de la vue des enfants. A conserver à température ambiante (15-25°C) dans l'emballage d'origine, à l'abri de la lumière et de l'humidité. Ne pas utiliser Optovit E après la date de péremption mentionnée sur la boîte/la plaquette thermoformée après "EXP". Les deux premiers chiffres indiquent le mois, les deux ou quatre suivants l'année. La date d'expiration fait référence au dernier jour du mois.

6. INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES.

Que contient Optovit E

- La substance active est d- α -tocophérol 134,23 mg (= 200 U.I. vitamine E). Le nombre d'U.I. (unités internationales) permet de mesurer l'activité de la vitamine.
- Les autres composants sont huile de graines de soja, gélatine, glycérol 85 %.

Qu'est-ce qu'Optovit E et contenu de l'emballage extérieur

Boîte de 30 ou 60 capsules dans une plaquette thermoformée.

Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

Titulaire de l'Autorisation de mise sur le marché et fabricant

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché:

Laboratoria QUALIPHAR N.V./S.A. - Rijksweg 9 - 2880 Bornem - Belgique

Fabricant:

HERMES Arzneimittel GmbH - Georg-Kalb-Straße 5-8 - 82049 Großhesselohe/München - Allemagne

Numéro d'autorisation de mise sur le marché: BE211565

Délivrance libre.

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est 10/2020.