

Notice: information de l'utilisateur
Optovit E 200 U.I. capsules, molles
Vitamine E (d- α -tocophérol)

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 l'un des effets indésirables, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique 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.

Que contient 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. Contenu de l'emballage et autres informations.

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:

- Anémie 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 recommandée:

- 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).

Vous devez vous adresser à votre médecin si vous ne ressentez aucune amélioration ou si vous vous sentez moins bien.

2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre Optovit E?

Ne prenez jamais Optovit E

- Si vous êtes allergique à la vitamine E ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament mentionnés dans la rubrique 6.

Avertissements et précautions

Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant de prendre 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'a cependant pas encore été démontrée.

Si vous utilisez d'autres médicaments, veuillez également lire la rubrique « Autres médicaments et Optovit E ».

Optovit E contient de l'huile de fève de soja. Veuillez également lire la rubrique « Optovit E contient de l'huile de fève de soja ».

Autres médicaments et Optovit E

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

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'a cependant pas encore été démontrée.

Optovit E avec des aliments, boissons et de l'alcool

Aucune mesure particulière n'est nécessaire.

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.

- 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.

Optovit E contient de l'huile de fève de soja

Si vous êtes allergique à l'arachide ou au soja, ne prenez pas ce médicament.

3. Comment prendre Optovit E?

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.

- Complément ou prophylaxie d'une carence en vitamine E:
- La dose recommandée est de:
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 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 indésirables éventuels?

Comme tous les médicaments, ce médicament 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.

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 Agence fédérale des médicaments et des produits de santé - www.afmmps.be - Division Vigilance: Site internet:

www.notifieruneffetindesirable.be, e-mail: adr@fagg-afmmps.be.

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

5. Comment conserver Optovit E?

Tenir hors de la vue et de la portée 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. N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur la boîte/la plaquette thermoformée après "EXP". La date de péremption fait référence au dernier jour du mois.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l'égout ni 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 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 fève de soja, gélatine, glycérol 85 %.
Voir rubrique 2, « Optovit E contient de l'huile de fève de soja ».

Aspect d'Optovit E et contenu de l'emballage extérieur

Boîte de 30 ou 60 capsules dans une plaquette thermoformée.

Toutes les présentations ne peuvent 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 PHARMA GmbH - Georg-Kalb-Str. 5 - 82049 Pullach i. Isartal - Allemagne

Numéro d'autorisation de mise sur le marché: BE211565

Délivrance libre.

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est 07/2024.