

PARAPSYLLIUM®

poudre pour suspension buvable

Tégument mucilagineux pulvérisé de graines de psyllium,
paraffine liquide microencapsulée

Veillez lire attentivement cette notice avant d'utiliser ce médicament. Elle contient des informations importantes pour votre maladie. Si vous avez d'autres questions, si vous avez un doute, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

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

Dans cette notice:

1. Qu'est-ce que PARAPSYLLIUM et dans quel cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser PARAPSYLLIUM ?
3. Comment utiliser PARAPSYLLIUM ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver PARAPSYLLIUM ?
6. Informations supplémentaires
7. Conseils pour une bonne utilisation de PARAPSYLLIUM

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

PARAPSYLLIUM est un laxatif, médicament qui permet de régulariser le transit intestinal et de ramollir les selles. Ce médicament est indiqué dans le traitement de la constipation.

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT D'UTILISER PARAPSYLLIUM ?

Ne prenez jamais PARAPSYLLIUM

- si vous êtes allergique (hypersensible) à l'une des substances actives (l'ispaghul ou la paraffine) ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament (vous trouverez la liste des composants à la rubrique 6).
- si votre transit intestinal est arrêté (Occlusion intestinale)
- si vous avez des douleurs au niveau du ventre.

Faites attention avec PARAPSYLLIUM

Avant de prendre ce médicament, vous devez prévenir votre médecin :

- si vous avez une obstruction des voies biliaires.
- si vous avez des problèmes de transit intestinal.
- si vous devez rester allongé de façon prolongée (car un bouchon de matières fécales peut alors se former dans votre intestin).

Vous devez boire beaucoup d'eau pendant votre traitement.

Utilisation chez l'enfant

Chez l'enfant, le traitement de la constipation est basé sur des mesures d'hygiène de vie et de diététique, notamment une utilisation de la bonne quantité d'eau avec des poudres de lait infantile, une alimentation riche en produits d'origine végétale, ou une consommation de jus de fruit.

Le traitement de longue durée par un laxatif est déconseillé chez l'enfant car la prise régulière peut perturber le fonctionnement normal de réflexe de défécation.

Prise ou utilisation d'autres médicaments

Vous devez dire à votre médecin ou votre pharmacien si vous prenez des vitamines A, D, E ou K, car leur effet peut être diminué par la prise de ce médicament.

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

Grossesse et allaitement

D'une façon générale, au cours de la grossesse ou de l'allaitement, demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

Informations importantes concernant certains composants de PARAPSYLLIUM

PARAPSYLLIUM contient un sucre, le sorbitol. Si vous êtes diabétique ou si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

3. COMMENT UTILISER PARAPSYLLIUM ?

Dosage et mode d'administration

Vous devez prendre 1 sachet par jour (boîte de sachets) ou une cuillère à soupe (pot). Versez le contenu d'un sachet ou d'une cuillère à soupe dans un grand verre d'eau ou de jus de fruit. Agitez le mélange et buvez-le immédiatement.

Fréquence et moment de prise

Vous devez prendre ce médicament 1 fois par jour, le soir au coucher.

Durée du traitement

La durée du traitement varie en fonction des symptômes. Vous ne devez pas utiliser ce médicament sur une longue durée sans l'autorisation de votre médecin.

Si vous oubliez d'utiliser PARAPSYLLIUM

Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre. Prenez la dose suivante au moment habituel.

4. QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS ?

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

En début de traitement, vous pouvez ressentir des ballonnements abdominaux.

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

5. COMMENT CONSERVER PARAPSYLLIUM ?

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

Ne pas utiliser PARAPSYLLIUM après la date de péremption mentionnée sur la boîte. La date d'expiration fait référence au dernier jour du mois.

Vous devez conserver la boîte de sachets ou le pot à l'abri de l'humidité et de la chaleur.

Les médicaments ne doivent pas être jetés au tout à l'égout ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien ce qu'il faut faire des médicaments inutilisés. Ces mesures permettront de protéger l'environnement.

6. INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES

Que contient PARAPSYLLIUM ?

Les substances actives sont :

le tégument d'Isphaghul sous forme de tégument mucilagineux pulvérisé de graines de psyllium (3,333g pour un sachet de 10g ou 33,33g pour un pot de 100g) et de la paraffine liquide microencapsulée (3,333g pour un sachet de 10g ou 33,33g pour un pot de 100g).

Le tégument mucilagineux pulvérisé de graines de psyllium est une poudre de tégument d'Isphaghul (psyllium husk), obtenue à partir de graines de « Plantago ovata » Forsk.

Les autres composants sont : le sorbitol, l'arôme mangue, l'arôme abricot et la silice colloïdale anhydre.

Comment se présente PARAPSYLLIUM ?

PARAPSYLLIUM se présente sous forme d'une poudre à dissoudre dans de l'eau. La poudre est contenue dans des sachets de 10 g ou dans un pot de 100g. Chaque boîte contient 10 ou 30 sachets, ou un pot.

7. CONSEILS POUR UNE BONNE UTILISATION DE PARAPSYLLIUM

Il existe deux types de constipation : la constipation de courte durée et la constipation de longue durée. Vous devez bien respecter les conseils qui suivent pour une bonne utilisation de ce médicament.

Constipation de courte durée

Elle peut être liée à une modification récente de votre mode de vie (par exemple, un voyage).

Vous devez demander conseil à votre médecin. Si la constipation ne s'explique pas par le changement de votre mode de vie ou si vous avez des douleurs, de la fièvre ou un gonflement du ventre, il peut alors s'agir d'une constipation de longue durée.

Constipation de longue durée

Elle peut être liée à deux causes :

- 1) Soit vous souffrez d'une maladie de l'intestin. Votre médecin vous prescrira alors un traitement spécifique à cette maladie.
- 2) Soit vous avez un déséquilibre intestinal lié à vos habitudes alimentaires et à votre mode de vie. Votre médecin vous prescrira alors un traitement qui peut comporter des mesures d'hygiène et de diététique :
 - Une augmentation des fibres végétales (légumes verts, crudités, pain complet, fruits ...) dans votre alimentation.
 - Une augmentation de la consommation d'eau et de jus de fruits.
 - Parfois, l'ajout de son à votre alimentation.
 - Une augmentation des activités physiques (sport, marche, etc.).
 - Une rééducation du réflexe de défécation.

Dans tous les cas et si vous avez le moindre doute, n'hésitez pas à demander conseil auprès de votre médecin ou de votre pharmacien.

Titulaire de l'AMM et Exploitant

Laboratoires IPRAD - 174, Quai de Jemmapes - 75010 Paris

Fabricants

- Sachets : OPODEX Industrie - 92390 Villeneuve la Garenne
- Pot : Laboratoire RODAEL - 59380 Bierne

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est 03/1999.



LABORATOIRES IPRAD
174, Quai de Jemmapes - 75010 PARIS

GAMPARA 2C