

## **Information destinée aux patients**

Lisez attentivement la notice d'emballage. Vous y trouverez tous les renseignements importants concernant le médicament.

Ce médicament vous a été prescrit par votre médecin ou vous a été remis sans ordonnance par le pharmacien ou le droguiste. Pour en tirer le meilleur bénéfice, veuillez l'utiliser conformément à la notice d'emballage ou, le cas échéant, aux indications du médecin, du pharmacien ou du droguiste.

Conservez cette notice d'emballage pour pouvoir la relire plus tard si nécessaire.

## **Rudolac®**

**Streuli Pharma AG**

### **Qu'est-ce que Rudolac et quand doit-il être utilisé?**

Le lactulose, principe actif de Rudolac, constitue un sucre artificiel qui déploie une action laxative.

Le lactulose n'est ni dégradé, ni absorbé vers l'organisme, au niveau de l'intestin grêle, si bien que les selles sont ramollies. Ce n'est qu'au niveau du gros intestin que le lactulose est décomposé, par la flore intestinale, en acides organiques (acide lactique, acide acétique), lesquels stimulent, ensemble avec l'augmentation volumique, l'activité intestinale, assurant ainsi le maintien de selles molles.

Rudolac est utilisé en cas de constipation, c'est-à-dire de défécation difficile où l'évacuation peut être impossible et les selles dures et petites.

Dans ce cas, Rudolac sert à ramollir les selles et à induire et normaliser l'évacuation.

De plus nous vous conseillons de modifier également vos habitudes quotidiennes. Vous trouverez ci-dessous quelques conseils pratiques destinés à vous y aider.

En dehors de constipation, la préparation peut être utilisée, sur prescription médicale, pour traiter certaines affections hépatiques.

### **De quoi faut-il tenir compte en dehors du traitement?**

Les conseils suivants vous aideront à modifier ou à corriger les mauvaises habitudes qui sont souvent à l'origine de votre constipation:

1. Faites régulièrement des exercices physiques.
2. Consommez assez de boisson, au moins 1,5 litre d'eau par jour.
3. Ne sautez jamais un repas et ne débutez pas un régime diététique avant que vos intestins ne fonctionnent à nouveau régulièrement.
4. Débutez la journée par un bon petit déjeuner: pain complet, fruits, café (pas de thé fort), yaourt.
5. Evitez dans la mesure du possible de vous retenir, lorsque vous ressentez le besoin d'aller à selle.
6. Ne prenez jamais de laxatifs pendant une période prolongée sans consulter votre médecin.
7. Mangez de préférence: des fruits non pelés, des légumes crus, des noix, des figes, des pruneaux secs, du pain complet, du pain de seigle, du petit-lait, des yaourts.
8. Mangez calmement et mâchez soigneusement chaque bouchée.
9. Evitez le pain grillé, le pain blanc, les biscottes, le thé fort, les bananes, le riz blanc, les oeufs durs.

#### **Pour les patients diabétiques**

15 ml de sirop contiennent au maximum 2,1 g d'hydrates de carbone, soit 10,2 kcal ou 42,7 kJoules, correspondant à 0,21 équivalent farineux.

Les diabétiques peuvent donc prendre Rudolac à la posologie usuelle.

### **Quand Rudolac ne doit-il pas être pris/utilisé?**



Chez les personnes obligées de suivre un régime exempt de galactose ou de lactose, Rudolac est contre-indiqué.

En cas de maladies touchant le tractus gastro-intestinal, un médecin est à consulter avant que la préparation soit utilisée.

Si vous présentez une hypersensibilité vis-à-vis de Rudolac, il faudra que vous arrêtiez de prendre le sirop.

### ***Quelles sont les précautions à observer lors de la prise/de l'utilisation de Rudolac?***

S'il se produit une flatulence au début du traitement, ne vous en inquiétez pas, car elle ne sera que transitoire et indique l'action de Rudolac.

Si vous constatez au bout de quelques jours que les selles sont trop liquides, la dose sera à réduire.

Tout usage d'un laxatif chez l'enfant de moins de 6 ans nécessite, par mesure de prudence, l'avis d'un médecin.

Veuillez informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste si vous souffrez d'une autre maladie, si vous êtes allergique ou si vous prenez déjà d'autres médicaments en usage interne ou externe (même en automédication!)

### ***Rudolac peut-il être pris/utilisé pendant la grossesse ou l'allaitement?***

Généralement, il faut s'abstenir de prendre des médicaments pendant la grossesse et la lactation.

En égard aux propriétés et mécanismes d'action du lactulose, on peut conclure qu'une prise de Rudolac pendant la grossesse et l'allaitement ne cause pas d'inconvénients.

### ***Comment utiliser Rudolac?***

La posologie de Rudolac est fonction de l'âge et de la gravité de la constipation, mais également de la question de savoir, pendant combien de temps la constipation a déjà existé.

**Adultes:** Dans les premiers jours, 10 à 20 g/jour (15 à 30 ml). Plus tard, lorsque la constipation s'atténue, la dose journalière peut être réduite à 7 à 10 g/jour (10 à 15 ml).

Rudolac peut être pris en dilution avec un peu d'eau ou de jus de fruits, avec du lait, du café, du yaourt ou de la compote.

**Personnes âgées:** 3 à 7 g (4 à 10 ml), à raison de deux à trois fois par jour.

**Enfants:** 0,2 à 0,4 g/kg de poids corporel, à raison de trois à quatre fois par jour.

Chez l'enfant jusqu'à 6 ans, le Rudolac ne doit être administré que sur prescription médicale.

Sur prescription médicale, des doses élevées peuvent être prises en présence de certaines maladies hépatiques.

En règle générale, l'effet ne se manifeste qu'au bout de 1 à 2 jours. N'augmentez donc pas la dose prescrite, si vous ne constatez pas d'amélioration.

Rudolac ne doit pas être utilisé pendant plus de 2 ou 3 semaines. Si les troubles ne s'améliorent pas dans ce temps, il est indiqué de consulter le médecin.

Un gobelet doseur est fourni (2,5 à 30 ml) pour mesurer la dose exacte.

Veuillez vous conformer au dosage figurant sur la notice d'emballage ou prescrit par votre médecin. Si vous estimez que l'efficacité du médicament est trop faible ou au contraire trop forte, veuillez vous adresser à votre médecin, à votre pharmacien ou à votre droguiste.

### ***Quels effets secondaires Rudolac peut-il provoquer?***

**Fréquents (concerne 1 à 10 personnes sur 100):** des ballonnements et des douleurs et crampes abdominales peuvent se manifester, en particulier au début du traitement. En cas de doses élevées ou de prise prolongée ou fréquente, des vertiges, vomissements, diarrhées avec perte d'eau et troubles de la minéralisation (entre autres, perte de potassium) peuvent survenir.



*Fréquence inconnue (ne peut être estimée sur la base des données disponibles):* réactions allergiques, éruption cutanée, démangeaisons, urticaire.

Si vous remarquez des effets secondaires, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien. Ceci vaut en particulier pour les effets secondaires non mentionnés dans cette notice d'emballage.

### **À quoi faut-il encore faire attention?**

#### *Stabilité*

Conserver les médicaments.

Le médicament ne doit pas être utilisé au-delà de la date figurant après la mention «EXP» sur le récipient.

#### *Remarques concernant le stockage*

Conserver à température ambiante (15-25 °C) et hors de portée des enfants. Ne pas congeler le sirop et le protéger du soleil. Conserver bien fermé après ouverture.

#### *Remarques complémentaires*

Pour de plus amples renseignements, consultez votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste, qui disposent d'une information détaillée destinée aux professionnels.

### **Que contient Rudolac?**

15 ml de Rudolac sirop contiennent:

#### *Principes actifs*

10 g de lactulosum ut lactulosum liquidum

#### *Excipients*

Aucun, mais présence possible de faibles quantités d'autres sucres tels que lactose, galactose, épilactose et fructose.

### **Numéro d'autorisation**

51067 (Swissmedic).

### **Où obtenez-vous Rudolac? Quels sont les emballages à disposition sur le marché?**

En pharmacie et en droguerie, sans ordonnance médicale.

Rudolac, sirop en bouteille: 200 ml et 500 ml.

### **Titulaire de l'autorisation**

Streuli Pharma SA, 8730 Uznach

**Cette notice d'emballage a été vérifiée pour la dernière fois en janvier 2023 par l'autorité de contrôle des médicaments (Swissmedic).**

