

## Information destinée aux patients

Lisez attentivement cette notice d'emballage. Vous y trouverez des renseignements importants concernant ce médicament. Ce médicament vous a été prescrit par votre médecin ou vous a été remis sans ordonnance par votre pharmacien ou votre droguiste. Pour en tirer le meilleur bénéfice, veuillez l'utiliser conformément à la notice d'emballage ou, le cas échéant, aux indications de votre médecin, de votre pharmacien(ne) ou de votre droguiste. Conservez cette notice: d'emballage pour pouvoir la relire plus tard si nécessaire.

## Vitaguarin Granules

### Médicament phytothérapeutique

#### Qu'est-ce que le Vitaguarin et quand doit-il être utilisé?

Le Vitaguarin est un produit de lest à base de cellulose végétale. Le composant principal du Vitaguarin est la farine de guar, une substance à grande capacité de gonflement, soluble dans l'eau froide, qui provient d'un haricot indien. Le Vitaguarin gonfle dans l'appareil digestif, et il couvre le chyme et la paroi de l'intestin grêle d'une couche de diffusion. Le sentiment de satiété survient plus rapidement et l'absorption des glucides (sucre) dans le sang est ralentie. La faim est ainsi réduite. Par l'augmentation de volume du contenu de l'intestin, le Vitaguarin stimule l'activité de l'intestin. Le Vitaguarin est utilisé dans le cadre de programmes diététiques et alimentaires d'enrichissement par des agents augmentant de volume. Le Vitaguarin soutient les régimes amaigrissants et amincissants dans le cadre d'un régime hypocalorique.

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

Le Vitaguarin ne remplace ni médicament ni régime. Chez les diabétiques, le médecin devrait effectuer un contrôle plus régulier du sucre contenu dans le sang et les urines.

Ce médicament contient 1,5 g d'hydrates de carbone digestibles par dose simple (max. 5 g).

#### Quand Vitaguarin ne doit-il pas être utilisé ou seulement avec précaution?

Le Vitaguarin ne doit pas être utilisé dans les cas suivants: rétrécissement de l'oesophage, du système gastro-intestinal ou en cas de troubles de la déglutition. Non plus en cas de grosses hernies diaphragmatiques (hernie hiatale).

Informez votre médecin, pharmacien(ne) ou droguiste si

- vous souffrez d'une autre maladie,
- vous êtes allergique ou
- vous prenez déjà d'autres médicaments (en automédication!)

L'utilisation et la sécurité de Vitaguarin n'ont pas été établies à ce jour pour les enfants et les adolescents.

#### Le Vitaguarin peut-il être utilisé pendant la grossesse ou l'allaitement?

Sur base de l'expérience, aucun risque n'est connu pour l'enfant lors d'une utilisation conforme. Des études scientifiques systématiques n'ont toutefois pas été réalisées. Par prudence, vous devriez renoncer à tout médicament pendant la grossesse et l'allaitement ou demander conseil à votre médecin, pharmacien(ne) ou droguiste.



## **Comment utiliser le Vitaguarin?**

Adultes: 30 minutes avant les repas, prendre au maximum 1/2 à 1 cuillère à café de granulés Vitaguarin (env. 2,5 – 5 g), dissous dans du liquide froid ou des aliments ayant la consistance d'une bouillie, et consommer immédiatement. Absorber suffisamment de liquide, à savoir au moins un grand verre. La prise du Vitaguarin est recommandée sur un laps de temps assez long, mais cette question doit être examinée par le médecin. Ne pas mélanger à du liquide chaud. Ne plus consommer les solutions déjà à l'état gélatineux. Veuillez vous conformer au dosage figurant sur la notice d'emballage ou celle prescrite par le médecin. Si vous pensez que l'efficacité du médicament agit trop faiblement ou au contraire trop fortement, parlez-en avec votre médecin, votre pharmacien(ne) ou votre droguiste. Ne pas utiliser chez les enfants et les adolescents de moins de 18 ans

## **Quels effets secondaires le Vitaguarin peut-il provoquer?**

Les effets secondaires suivants peuvent survenir après la prise ou pendant l'utilisation de Vitaguarin: comme c'est le cas quand on consomme beaucoup de fruits, de légumes ou de légumes secs, il se peut qu'au début on soit quelque peu gêné par une impression de ballonnement, de satiété, de pesanteur d'estomac, plus rarement par des selles molles. Si cela devait être le cas, réduire le dosage de moitié pendant les 3 à 5 premiers jours. Si vous remarquez des effets secondaires qui ne sont pas mentionnés dans cette notice, veuillez en informer votre médecin, votre pharmacien(ne) ou votre droguiste.

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

Le médicament ne doit pas être utilisé au-delà de la date indiquée sur l'emballage sous "EXP". Conserver hors de la portée des enfants. Prière de tenir compte de la date limite de conservation imprimée sur le fond de la boîte. Conserver l'emballage bien fermé, à l'abri de l'humidité et à température de 15 – 30°C. Pour de plus amples renseignements, consultez votre médecin, votre pharmacien(ne) ou votre droguiste.

## **Que contient le Vitaguarin?**

5 g de granulés (env. 1 cuillère à café) contiennent 3,4 g de farine de guar, acide citrique (antioxydant), arôme et des autres adjuvants. Ce médicament contient 1,5 g d'hydrates de carbone digestibles par dose simple (max. 5 g).

## **Numéro d'autorisation**

50586 (Swissmedic)

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

Le Vitaguarin est en vente dans les pharmacies et drogueries, sans ordonnance médicale, en boîtes de 300 g.

## **Titulaire de l'autorisation**

Hepart AG  
CH-8280 Kreuzlingen (Suisse)



**Cette notice d'emballage a été vérifiée pour la dernière fois en mars 2012 par l'autorité de contrôle des médicaments (Swissmedic).**

