

Médicament phytothérapeutique

Qu'est-ce que Sedonium et quand est-il utilisé?

Sedonium contient comme principe actif un extrait sec de racine de valériane européenne. Sedonium est efficace en cas de troubles de l'endormissement et du maintien du sommeil, de même que lors de sommeil agité.

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

Les réactions stressantes quotidiennes, telles que colère, excitation, tension, angoisse, soucis et sentiments de culpabilité peuvent souvent être à l'origine d'insomnies, s'extériorisant parfois sous forme de symptômes physiques tels que maux de tête, douleurs cardiaques, problèmes digestifs et épuisement. En présence de troubles du sommeil, évitez les boissons stimulantes (café, thé noir), la nicotine et les repas copieux le soir. Habituez-vous à un rythme de sommeil régulier. La durée du sommeil varie d'une personne à l'autre, et peut diminuer avec l'âge.

Si vos troubles persistent plus de 4 semaines, parlez-en à votre médecin ou pharmacien.

Quand Sedonium ne doit-il pas être pris ou seulement avec précaution?

Sedonium ne doit pas être utilisé en cas d'hypersensibilité connue à l'égard de la valériane. L'utilisation et la sécurité de Sedonium n'ont pas été établies à ce jour chez les enfants de moins de 12 ans.

Si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

Veillez informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste si

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

Sedonium peut-il être pris pendant la grossesse ou l'allaitement?

Sur la base des expériences faites à ce jour, aucun risque pour l'enfant n'est connu si le médicament est utilisé conformément à l'usage auquel il est destiné. Toutefois, aucune étude scientifique systématique n'a été effectuée. Par mesure de précaution, vous devriez renoncer si possible à prendre des médicaments durant la grossesse et l'allaitement, ou demander l'avis de votre médecin, de votre pharmacien ou de votre droguiste.

Comment utiliser Sedonium?

Sauf avis contraire de votre médecin, Sedonium s'utilise de la manière suivante. La dose usuelle pour adultes et adolescents de plus de 12 ans est de 2 dragées le soir, 1 heure avant le coucher. Prenez ces dragées sans les croquer avec un peu de liquide (p.ex. un verre d'eau). 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 Sedonium peut-il provoquer?

La prise de Sedonium peut provoquer des affections gastro-intestinales. La fréquence n'est pas connue.

Si vous remarquez des effets secondaires, veuillez en informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

Ceci vaut en particulier pour les effets secondaires non mentionnés dans cette notice d'emballage.

A quoi faut-il encore faire attention?



Stabilité

Ce médicament ne doit pas être utilisé au-delà de la date figurant après la mention «Exp.» sur l'emballage.

Remarques concernant le stockage

Conserver à température ambiante (15-25°C).

Conserver hors de la portée des enfants!

Remarques complémentaires

Pour de plus amples renseignements, consultez votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

Que contient Sedonium?

1 dragée contient:

Principes actifs

300 mg d'extrait sec de racine de valériane (*Valeriana officinalis* L. s.l., radix), rapport drogue/extrait 3–6:1, agent d'extraction éthanol 70% V/V.

Excipients

218 mg de saccharose, 64 mg de glucose liquide, talc, 38 mg de lactose monohydraté, cellulose en poudre, silice colloïdale anhydre, hypromellose, huile de ricin vierge, silice hydrophobe colloïdale, povidone (K=25), stéarate de magnésium, macrogol 6000, gélatine, dioxyde de titane (E171) et cire de carnauba.

Numéro d'autorisation

55343 (Swissmedic).

Où obtenez-vous Sedonium? Quels sont les emballages à disposition sur le marché?

En pharmacie et en droguerie, sans ordonnance médicale.

Emballages de 25 et 50 dragées.

Titulaire de l'autorisation

OM Pharma Suisse SA, Villars-sur-Glâne

Cette notice d'emballage a été vérifiée pour la dernière fois en juillet 2024 par l'autorité de contrôle des médicaments (Swissmedic).

