

Information destinée aux patients

Lisez attentivement cette notice d'emballage. Vous y trouverez tous les 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 ou de votre droguiste. Conservez cette notice d'emballage pour pouvoir la relire plus tard si nécessaire.

Mucilar® Avena, Poudre orale

Médicament phytothérapeutique

Qu'est-ce que Mucilar Avena et quand doit-il être utilisé ?

Mucilar Avena contient une substance gonflante naturelle, favorisant le transit intestinal: des enveloppes de psyllium et de poudre de son d'avoine, qui agissent comme ballast naturel. Mélangé à de l'eau, il multiplie jusqu'à quarante fois son volume initial et active le transit intestinal. Pris avant le repas, il remplit l'estomac et freine l'appétit.

Mucilar Avena est utilisé pour normaliser les selles en cas de constipation, chez les personnes alitées et les femmes enceintes, sur conseil médical comme traitement d'accompagnement, en cas d'hémorroïdes, d'irritation intestinale ou de diverticules, ainsi que dans le cadre d'un régime conforme en cas d'obésité pour atténuer la sensation de faim.

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

Si vous souffrez de constipation, vous devez manger beaucoup d'aliments lestés (légumes, fruits, céréales complètes), boire beaucoup et régulièrement et avoir une activité physique (faire du sport).

Quand Mucilar Avena ne doit-il pas être utilisé ou seulement avec précaution ?

Vous ne devriez pas utiliser Mucilar Avena en cas d'allergie connue à l'un des composants, en cas d'affection de l'appareil gastro-intestinal, de constriction ou occlusion intestinale, de maladies intestinales inflammatoires. L'utilisation et la sécurité de Mucilar Avena n'ont pas été établies à ce jour pour les enfants de moins de 6 ans.

Mucilar Avena contient moins de 1 mmol (23 mg) de sodium par 6 g de poudre, c.-à-d. qu'il est essentiellement « sans sodium ».

Veuillez informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste si

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

Mucilar Avena 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 du médecin, du pharmacien ou du droguiste.

Comment utiliser Mucilar Avena ?



Adultes, adolescents: 1-2 bonnes cuillerées à café 2-3 fois par jour. Enfants à partir de 6 ans: 1 bonne cuillerée à café 1-2 fois par jour.

Pour freiner l'appétit, prendre Mucilar Avena ½ heure **avant** le repas.

Mélanger Mucilar Avena dans une petite quantité de la boisson de votre choix (jus de fruit, lait, eau) et boire **immédiatement**. Boire ensuite le plus possible, au moins 2 dl (un grand verre).

L'utilisation et la sécurité de Mucilar Avena n'ont pas été établies à ce jour pour les enfants de moins de 6 ans.

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 Mucilar Avena peut-il provoquer ?

La prise de Mucilar Avena peut provoquer les effets secondaires suivants:

Les réactions allergiques (urticaires) sont rares; consulter éventuellement un médecin. Surtout durant les premiers jours, une impression de lourdeur, des ballonnements et des crampes abdominales occasionnelles sont possibles.

Si vous remarquez d'autres 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.

À quoi faut-il encore faire attention ?

Stabilité

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) dans l'emballage d'origine et hors de portée des enfants.

Remarques complémentaires

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

Que contient Mucilar Avena ?

1 g de poudre contient:

Principes actifs

428-647 mg d'enveloppes de psyllium (*Plantago ovata* Forssk., seminis testa), 347-578 mg de poudre de son d'avoine (*Avena sativa* L., fructus).

Excipients

Silice colloïdale anhydre, cyclamate de sodium (correspond à 0.8 mg de sodium), arôme de banane, arôme d'orange, acide citrique monohydraté, saccharine sodique (correspond à 0.1 mg de sodium).

Numéro d'autorisation

53891 (Swissmedic)

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



En pharmacie et en droguerie, sans ordonnance médicale.

Doses de 300 g.

Titulaire de l'autorisation

Spirig HealthCare SA, 4622 Egerkingen

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

