

## NOTICE : INFORMATION DE L'UTILISATEUR

# MagnéVie B6<sup>®</sup> 100 mg/10 mg

## magnésium-vitamine B6



Comprimé pelliculé    A partir de 12 ans    Fatigue passagère, Nervosité, Anxiété légère, Irritabilité

**Veillez lire attentivement cette notice avant d'utiliser ce médicament. Elle contient des informations importantes pour votre traitement.**

- Ce médicament peut être utilisé en automédication c'est-à-dire utilisé sans consultation ni prescription d'un médecin.
- Si les symptômes persistent au-delà de 1 mois, s'ils s'aggravent ou si de nouveaux symptômes apparaissent, demandez l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin.
- Cette notice est faite pour vous aider à bien utiliser ce médicament. Gardez-la, vous pourriez avoir besoin de la relire.

**NE LAISSEZ PAS CE MÉDICAMENT À LA PORTEE DES ENFANTS**

Dans cette notice :

1. Qu'est-ce que MAGNÉVIE B6<sup>®</sup> et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre MAGNÉVIE B6<sup>®</sup> ?
3. Comment prendre MAGNÉVIE B6<sup>®</sup> ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver MAGNÉVIE B6<sup>®</sup> ?
6. Informations supplémentaires

### **1. QU'EST-CE QUE MagnéVie B6<sup>®</sup> ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISÉ ?**

#### SUPPLÉMENT MINÉRAL.

Ce médicament contient du magnésium.

L'association d'un certain nombre des symptômes suivants peut évoquer un déficit en magnésium :

- nervosité, irritabilité, anxiété légère, fatigue passagère, troubles mineurs du sommeil,
- manifestations d'anxiété, telles que spasmes digestifs ou palpitations (cœur sain),
- crampes musculaires, fourmillements.

L'apport du magnésium peut améliorer ces symptômes.

En l'absence d'amélioration de ces symptômes au bout d'un mois de traitement, il n'est pas utile de le poursuivre.

### **2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS À CONNAÎTRE AVANT DE PRENDRE MagnéVie B6<sup>®</sup> ?**

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

**Ne prenez jamais MAGNÉVIE B6® dans les cas suivants :**

- allergie connue à l'un des constituants de ce médicament (voir « Que contient MAGNÉVIE B6® »),
- insuffisance rénale sévère (défaillance des fonctions du rein).

EN CAS DE DOUTE, IL EST INDISPENSABLE DE DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MÉDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN.

**Faites attention avec MAGNÉVIE B6®**

- Mises en garde spéciales

L'utilisation de ce médicament est déconseillée chez les patients présentant une intolérance au galactose, un déficit en lactase de Lapp ou un syndrome de malabsorption du glucose ou du galactose (maladies héréditaires rares).

Une consommation à fortes doses de pyridoxine (ou vitamine B6) pendant une longue période (plusieurs mois voire années) peut provoquer des fourmillements et des troubles de l'équilibre, des tremblements des mains et des pieds, et des difficultés dans la coordination des mouvements. Ces effets sont généralement réversibles à l'arrêt du traitement.

- Précautions d'emploi

Le dosage n'est pas adapté pour les enfants de moins de 12 ans.

En cas d'insuffisance rénale modérée, des précautions sont à prendre, afin d'éviter le risque relatif à une augmentation du magnésium dans le sang.

EN CAS DE DOUTE, IL EST INDISPENSABLE DE DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MÉDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN.

**Prise ou utilisation d'autres médicaments**

Veillez indiquer à votre médecin ou à votre pharmacien si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, notamment des sels de phosphate ou de calcium, même s'il s'agit d'un médicament obtenu sans ordonnance.

**Grossesse**

L'utilisation de ce médicament peut être envisagée au cours de la grossesse si besoin, quel qu'en soit le terme.

Si vous découvrez que vous êtes enceinte pendant le traitement, consultez votre médecin car lui seul peut juger de la nécessité de le poursuivre.

**Allaitement**

Il est recommandé de ne pas dépasser la dose de 20 mg/jour de vitamine B6 chez les femmes allaitant.

Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

**Liste des excipients à effet notable**

Lactose.

**3. COMMENT PRENDRE MagnéVie B6® ?**

Ce médicament est réservé à l'adulte et à l'enfant de 12 à 15 ans.

**Posologie**

Chez l'adulte : 3 à 4 comprimés par jour à répartir en 2 ou 3 prises pendant les repas.

Chez l'enfant de 12 à 15 ans : 2 à 4 comprimés par jour à répartir en 2 ou 3 prises pendant les repas.

Si vous avez l'impression que l'effet de MAGNÉVIE B6® est trop fort ou trop faible, consultez votre médecin ou votre pharmacien.

### **Mode d'administration**

Voie orale.

Les comprimés sont à avaler tels quels avec un verre d'eau.

### **Fréquence d'administration**

La dose journalière est à répartir de préférence en plusieurs prises avant ou au cours du repas.

### **Durée de traitement**

En l'absence d'amélioration des symptômes au bout d'un mois de traitement, il n'est pas utile de le poursuivre.

### **Si vous avez pris plus de MAGNÉVIE B6® que vous n'auriez dû :**

Le surdosage de magnésium par voie orale n'entraîne pas, en général, de réactions toxiques en cas de fonctionnement normal du rein. L'intoxication au magnésium peut, toutefois, se développer en cas d'insuffisance rénale.

### **Si vous oubliez de prendre MAGNÉVIE B6® :**

Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre.

## **4. QUELS SONT LES EFFETS INDÉSIRABLES ÉVENTUELS ?**

Comme tous les médicaments, MAGNÉVIE B6® est susceptible d'avoir des effets indésirables, bien que tout le monde n'y soit pas sujet :

- diarrhées,
- douleurs abdominales,
- réactions cutanées,
- réactions allergiques.

### **Déclarations des effets indésirables**

Si vous ressentez un effet indésirable qu'il soit ou non mentionné dans cette notice, prévenez immédiatement votre médecin, votre pharmacien ou un autre professionnel de santé (infirmière...). Vous pouvez également signaler cet effet indésirable directement au Centre Régional de Pharmacovigilance dont vous dépendez à l'aide du formulaire de signalement disponible sur le site de l'Agence Nationale de Sécurité des Médicaments et des Produits de Santé (ANSM) [www.ansm.sante.fr](http://www.ansm.sante.fr).

En signalant les effets indésirables, vous contribuez à améliorer la connaissance sur la sécurité du médicament.

## **5. COMMENT CONSERVER MagnéVie B6® ?**

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

Ne pas utiliser MAGNÉVIE B6® après la date de péremption mentionnée sur la boîte. La date d'expiration fait référence au dernier jour du mois.

Pas de précautions particulières de conservation.

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 SUPPLÉMENTAIRES**

**Que contient MAGNÉVIE B6® 100 mg/10 mg, comprimé pelliculé ?**

**Les substances actives sont :**

Magnésium ..... 100 mg  
sous forme de citrate de magnésium anhydre  
Chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6) ..... 10 mg  
pour un comprimé pelliculé.

**Les autres composants sont :**

Noyau: lactose anhydre, macrogol 6000, stéarate de magnésium.  
Pelliculage: hypromellose, macrogol 6000, dioxyde de titane (E171), talc.

**Qu'est-ce que MAGNÉVIE B6® 100 mg/10 mg, comprimé pelliculé et contenu de l'emballage extérieur ?**

Ce médicament se présente sous forme de comprimés pelliculés. Boîte de 30, 60, 90 ou 120.

Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

**Titulaire et exploitant**

sanofi-aventis France  
1-13, boulevard Romain Rolland  
75014 Paris – France

Si vous avez des questions sur ce produit ou si vous souhaitez nous signaler un effet indésirable, consultez la rubrique « Nos médicaments » sur le site sanofi.fr ou contactez-nous par téléphone :

Information Patient : N° vert 0800 222 555  
Appel depuis l'étranger : +33 1 57 63 23 23

**Fabricant**

Sanofi Winthrop Industrie  
33565 Carbon Blanc - France

ou

Sanofi Winthrop Industrie  
60205 Compiègne - France

ou

Chinoin Private Co. Ltd  
Veresegyház - Hongrie

**La dernière date à laquelle cette notice a été modifiée est : mai 2013/V1.**

Des informations détaillées sur ce médicament sont disponibles sur le site Internet de l'ANSM (France).

### **Conseils d'éducation sanitaire**

**Conseils d'éducation sanitaire recommandés dans le cas d'une association de symptômes pouvant évoquer un déficit en magnésium :**

- un régime alimentaire équilibré, riche en légumes verts, viande, cacao, lait, légumes secs,
- une consommation modérée d'alcool, de café ou de thé, arrêt du tabagisme, limitation des expositions au stress,
- une activité physique régulière,
- un temps de sommeil suffisant, en respectant le rythme journalier.

**Signes d'alerte, nécessitant une consultation médicale :**

N'essayez pas de vous prendre en charge vous-même si :

- vos symptômes s'accompagnent d'autres signes généraux (perte de l'appétit, amaigrissement, fièvre),
- vos symptômes persistent au-delà d'un mois, ou s'ils s'aggravent,
- vos symptômes s'accompagnent d'autres troubles notamment : tristesse profonde, ressentie comme douleur morale, perte de plaisir ou de l'intérêt pour toutes activités.

**Ces signes peuvent être les symptômes d'une maladie plus grave, un avis médical s'impose.**