

SPORTENINE®

COMPRIMÉ À CROQUER

Veuillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous.

Vous devez toujours prendre ce médicament en suivant scrupuleusement les informations fournies dans cette notice ou par votre médecin ou votre pharmacien.

- Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.

- Adressez-vous à votre pharmacien pour tout conseil ou information.

- Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Voir rubrique 4.

- Vous devez vous adresser à votre médecin si vous ne ressentez aucune amélioration ou si vous vous sentez moins bien, après 3 jours.

Que contient cette notice ?

- Qu'est-ce que SPORTENINE, comprimé à croquer et dans quels cas est-il utilisé ?
- Quelles sont les informations à connaître avant de prendre SPORTENINE, comprimé à croquer ?
- Comment prendre SPORTENINE, comprimé à croquer ?
- Quels sont les effets indésirables éventuels ?
- Comment conserver SPORTENINE, comprimé à croquer ?
- Contenu de l'emballage et autres informations

1. Qu'est-ce que SPORTENINE, comprimé à croquer et dans quels cas est-il utilisé ?

Médicament homéopathique contenant des substances traditionnellement utilisées en homéopathie en cas de crampes, de courbatures, de fatigue musculaire, lors d'efforts sportifs ou de surmenage physique.

2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre SPORTENINE, comprimé à croquer ?

Ne prenez jamais SPORTENINE

- Si vous êtes allergique aux substances actives ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.

Avertissements et précautions

Si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucre, contactez-le avant de prendre ce médicament. Ce médicament contient 1,6 g de glucose par comprimé dont il faut tenir compte dans la ration journalière en cas de régime pauvre en sucre ou de diabète.

Enfants

Ce médicament est contre-indiqué chez les enfants de moins de 6 ans en raison du risque de fausse route lié à la forme pharmaceutique.

Autres médicaments et SPORTENINE

Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourrez prendre tout autre médicament.

Fertilité, grossesse, et allaitement

Si vous êtes enceinte ou que vous allaitez, si vous pensez être enceinte ou planifiez une grossesse, demandez conseil à votre médecin ou pharmacien avant de prendre ce médicament. Il n'existe pas de données sur l'effet de ce médicament sur l'utilisation chez la femme enceinte ou allaitante. Aucun effet indésirable lié aux substances actives n'est attendu durant la grossesse ou l'allaitement en raison de leur degré de dilution.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

SPORTENINE n'a aucun effet sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines.

SPORTENINE contient du glucose et du lactose.

3. Comment prendre SPORTENINE, comprimé à croquer ?

Veuillez à toujours prendre ce médicament en suivant exactement les instructions de cette notice ou les indications de votre médecin ou pharmacien. Vérifiez auprès de votre médecin ou pharmacien en cas de doute.

SPORTENINE est d'autant plus efficace que vous l'accompagnez d'une bonne hygiène de vie et de mesures préventives. Ainsi les échauffements avant et les étirements après vos entraînements contribuent à une meilleure préparation et récupération.

Posologie :

- Avant l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer la veille ou juste avant l'épreuve.
- Pendant l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer toutes les heures.
- Après l'effort musculaire : 1 comprimé à croquer, à renouveler toutes les heures jusqu'à amélioration.

Mode d'administration : Voie orale.

Ne pas dépasser 10 comprimés par jour.

Si vous avez pris plus de SPORTENINE que vous n'auriez dû

Compte tenu de la composition de ce médicament, il n'y a pas de risque de surdosage lié aux substances actives. En cas de prise d'une dose double, les effets ne seront pas plus prononcés. Aucun effet secondaire n'est attendu en cas de prise d'une double dose.

Si vous avez encore des questions, contactez votre pharmacien,

votre médecin ou le Centre Antipoisons (070/ 245 245).

Si vous oubliez de prendre SPORTENINE

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, ce médicament peut provoquer des effets indésirables, mais ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

Aucun effet indésirable n'est attendu.

Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Vous pouvez également déclarer les effets indésirables directement via le système national de déclaration :

Agence Fédérale des Médicaments et des Produits de Santé
Division Vigilance - EUROSTATION II Place Victor Horta,
40/40 - B-1060 Bruxelles

Site internet: www.afmps.be

E-mail: patientinfo@agg-afmps.be

En signalant les effets indésirables, vous contribuez à fournir davantage d'informations sur la sécurité du médicament.

5. Comment conserver SPORTENINE, comprimé à croquer ?

Tenir ce médicament hors de la vue et de la portée des enfants. N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur l'emballage après EXP. La date de péremption fait référence au dernier jour de ce mois.

Il n'y a pas de précautions particulières de conservation.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l'égoût ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien d'éliminer les médicaments que vous n'utilisez plus. Ces mesures contribueront à protéger l'environnement.

6. Contenu de l'emballage et autres informations

Ce que contient SPORTENINE

- Les substances actives sont :	
Arnica montana 9 CH	6,67 mg
Sarcococcum acidum 3 CH	6,67 mg
Zincum oxydatum 3 CH	6,67 mg

Pour un comprimé à croquer.

- Les autres composants sont :

Glucose monohydraté, lactose monohydraté, stéarate de magnésium, acide citrique monohydraté, arôme naturel citron.

Qu'est-ce que SPORTENINE et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de comprimés à croquer. Il est conditionné dans une boîte contenant 22 comprimés à croquer. 2 tubes de 11 comprimés à croquer.

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

BOIRON - 2 avenue de l'Ouest Lyonnais - 69510 Messimy - France

Numeréro de l'autorisation de mise sur le marché :

HO-BE518355

Mode de délivrance :

Médicament non soumis à prescription médicale.

La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est

10/2017.

SPORTENINE®

KAUWTABLET

Lees goed de hele bijsluiter voordat u dit geneesmiddel gaat gebruiken, want er staat belangrijke informatie in voor u.

Gebruik dit geneesmiddel altijd precies zoals beschreven in deze bijsluiter of zoals uw arts of apotheker u dat heeft verteld.

- Bewaar deze bijsluiter. Misschien heeft u hem later weer nodig.

- Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met uw apotheker.

- Krijgt u last van een van de bijwerkingen die in rubriek 4 staan? Of krijgt u een bijwerking die niet in deze bijsluiter staat? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.

- Wordt uw klacht na 3 dagen niet minder, of wordt hij zelfs erger? Neem dan contact op met uw arts.

Inhoud van deze bijsluiter

- Wat is SPORTENINE, kauwtablet en waarvoor wordt het gebruikt?
- Wanneer mag u SPORTENINE, kauwtablet niet gebruiken of moet u er extra voorzichtig mee zijn?
- Hoe gebruikt u SPORTENINE, kauwtablet?
- Mogelijke bijwerkingen
- Hoewel bewaart u SPORTENINE, kauwtablet?
- Inhoud van de verpakking en overige informatie

1. Wat is SPORTENINE, kauwtablet en waarvoor wordt het gebruikt?

Homeopathisch geneesmiddel dat bestanddelen bevat die traditioneel gebruikt worden in de homeopathie bij krampen, spierpijn en spiervermoeidheid, bij sportieve inspanningen of bij fysieke overbelasting.

2. Wanneer mag u SPORTENINE, kauwtablet niet gebruiken of moet u er extra voorzichtig mee zijn?

Wanneer mag u SPORTENINE niet gebruiken?

- Wanneer u allergisch bent voor de werkzame stoffen of voor één van de hulpposten van dit geneesmiddel, vermeld in rubriek 6.

Wanneer moet u extra voorzichtig zijn met SPORTENINE?

Wanneer uw arts u ingelicht heeft over een intolerantie aan bepaalde suikers, neem dan contact met hem op alvorens dit geneesmiddel in te nemen.

Dit geneesmiddel bevat 1,6 g glucose per tablet. Hier dient rekening mee gehouden te worden in het dagelijks aandeel in het geval van een suikerarm dieet of diabetes.

Kinderen

Dit geneesmiddel is gecontra-indiceerd bij kinderen jonger dan 6 jaar omwille van het risico op verslikking geassocieerd met de farmaceutische vorm.

Gebruikt u nog andere geneesmiddelen?

Gebruikt u naast SPORTENINE nog andere geneesmiddelen, heeft u dat kort geleden gedaan of bestaat de mogelijkheid dat u in de nabije toekomst andere geneesmiddelen gaat gebruiken?

Vertel dat dan aan uw arts of apotheker.

Fruchtbaarheid, zwangerschap en borstvoeding

Bent u zwanger, denkt u zwanger te zijn, wilt u zwanger worden of geeft u borstvoeding? Neem dan contact op met uw arts of apotheker voordat u dit geneesmiddel gebruikt.

Er bestaan geen gegevens over het effect van dit geneesmiddel bij zwangere vrouwen of bij vrouwen die borstvoeding geven. Rekening houdend met de verdrunningsgraad van de werkzame stoffen, wordt hiervoor geen enkel ongewenst effect verwacht gedurende de zwangerschap of borstvoeding.

Rijvaardigheid en het gebruik van machines

SPORTENINE heeft geen invloed op de rijvaardigheid en het vermogen om machines te bedienen.

SPORTENINE bevat glucose en lactose.

3. Hoe gebruikt u SPORTENINE, kauwtablet?

Gebruik dit geneesmiddel altijd precies zoals beschreven in deze bijsluiter of zoals uw arts of apotheker u dat heeft verteld. Twijfelt u over het juiste gebruik? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.

SPORTENINE is des te meer doeltreffend wanneer de innname ervan begeleid wordt door een gezonde levensstijl en preventieve maatregelen. Zo dragen een opwarming voor en stretching na uw trainingen bij tot een betere voorbereiding en herstel.

Dosering:

- Voor de spierinspanning: 1 kauwtablet de dag voordien of net voor de beproeving.
- Tijdens de spierinspanning: 1 kauwtablet om het uur.

- Na de spierinspanning: 1 kauwtablet, om het uur hernieuwen tot verbetering.

Wijze van toediening: Oraal gebruik.

10 tabletten per dag niet overschrijden.

Heeft u te veel SPORTELINE ingenomen?

Rekening houdend met de samenstelling van dit geneesmiddel is er geen risico van overdosering van de werkzame bestanddelen. Wanneer u een dubbele dosis heeft gebruikt, zal het effect daardoor niet sterker zijn. Wanneer u een dubbele dosis heeft gebruikt, zijn bijgevolg geen bijwerkingen te verwachten. Wanneer u nog vragen heeft, neem dan contact op met uw arts, apotheker of het Antigifcentrum (tel. 070/245.245).

Bent u vergeten SPORTELINE in te nemen ?

Neem geen dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen.

4. Mogelijke bijwerkingen

Zoals elk geneesmiddel kan ook dit geneesmiddel bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken.

Er worden geen bijwerkingen verwacht.

Het melden van bijwerkingen

Krijgt u last van bijwerkingen, neem dan contact op met uw arts of apotheker. Dit geldt ook voor mogelijke bijwerkingen die niet in deze bijsluiter staan. U kunt bijwerkingen ook rechtstreeks melden via het nationale meldsysteem:

Federal Agentschap voor Geneesmiddelen en Gezondheidssproducten Afdeling Vigilantie - EUROSTATION II Victor Hortapplein, 40/ 40 B-1060 Brussels

Website: www.fagg.be

E-mail: patientinfo@fagg-afmps.be

Door bijwerkingen te melden, kunt u ons helpen meer informatie te verkrijgen over de veiligheid van dit geneesmiddel.

5. Hoe bewaart u SPORTELINE, kauwtablet?

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden.

Gebruik dit geneesmiddel niet meer na de uiterste houdbaarheidsdatum. Die is te vinden op de doos na EXP. Daar staat een maand en een jaar. De laatste dag van die maand is de uiterste houdbaarheidsdatum.

Er zijn geen bijzondere bewaarvoorschriften.

Spoel geneesmiddelen niet door de gootsteen of de WC en gooイ in de vuilnisbak. Vraag uw apotheker wat u met geneesmiddelen moet doen die u niet meer gebruikt. Ze worden dan op een verantwoorde manier vernietigd en komen niet in het milieu terecht.

6. Inhoud van de verpakking en overige informatie

SPORTELINE bevat

- De werkzame stoffen zijn:	Arnica montana 9 CH.....	6,67 mg
	Sarcococcum acidum 3 CH.....	6,67 mg
	Zincum oxydatum 3 CH	6,67 mg

Voor een kauwtablet.

- De andere stoffen zijn:

Glucose monohydraat, lactose monohydraat, magnesiumstearaat, citroenzuur monohydraat, natuurlijk citroenaroma.

Hoe ziet SPORTELINE eruit en hoeveel zit er in een verpakking

Dit geneesmiddel is verkrijgbaar onder de vorm van kauwtabletten. Het is verpakt in een doos met 22 kauwtabletten. 2 tubes met 11 kauwtabletten.

Houder van de vergunning voor het in de handel brengen

BOIRON - 2 avenue de l'Ouest Lyonnais - 69510 Messimy - Frankrijk

Nummer van de vergunning voor het in de handel brengen

HO-BE518355

Wijze van aflevering

Geneesmiddel niet op medisch voorschrijf.

Deze bijsluiter is voor het laatst goedgekeurd in 10/2017.

SPORTENINE®

KAUTABLETTE

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme Anwendung dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.

- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.

- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.

- Wenn Sie sich nach 3 Tagen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist SPORTELINE, Kautabletten und wofür wird es angewendet?

2. Was sollten Sie vor der Einnahme von SPORTELINE, Kautabletten beachten?

3. Wie ist SPORTELINE, Kautabletten einzunehmen?

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

5. Wie ist SPORTELINE, Kautabletten aufzubewahren?

6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

Darreichungsform: Zum Einnehmen.

Nicht mehr als 10 Tabletten pro Tag einnehmen.

Wenn Sie eine größere Menge von SPORTELINE eingenommen haben als Sie sollten

Angesichts der Zusammensetzung dieses Arzneimittels besteht bezüglich der Wirkstoffe keine Gefahr einer Überdosierung. Im Falle einer doppelten Dosis werden die Wirkungen nicht stärker sein. Es werden keinerlei Nebenwirkungen für den Fall einer doppelten Dosis erwartet.

Wenn Sie nachträglich Fragen haben, kontaktieren Sie Ihren Arzt, Ihren Apotheker oder das Antigifzentrum (Tel. 070/245.245).

Wenn Sie die Einnahme von SPORTELINE vergessen haben

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, um die versäumte Dosis nachzuholen.

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Es werden keinerlei Nebenwirkungen erwartet.

Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt über das nationale MeldeSystem anzeigen: Föderalagentur für Arzneimittel und Gesundheitsprodukte Abteilung Vigilanz - EUROSTATION II - Victor Hortapplein, 40/ 40 B-1060 Brüssel

Website: www.fagg-afmps.be

E-mail: patientinfo@fagg-afmps.be

Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden können.

5. Wie ist SPORTELINE, Kautabletten aufzubewahren?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf. Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton nach EXP. angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerungsbedingungen erforderlich.

Entsorgen Sie Arzneimittel nicht im Abwasser oder Haushaltsabfall. Fragen Sie Ihren Apotheker, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei.

6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

Was SPORTELINE enthält

- Die Wirkstoffe sind:	Arnica montana 9 CH.....	6,67 mg
	Sarcococcum acidum 3 CH.....	6,67 mg
	Zincum oxydatum 3 CH	6,67 mg

für eine Kautablette.

- Die sonstigen Bestandteile sind:

Glucose-Monohydrat, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Citronensäure-Monohydrat, natürliches Zitronenaroma.

Wie SPORTELINE aussieht und Inhalt der Packung

Dieses Medikament liegt in Form von Kautabletten vor. Es ist in einer Schachtel mit 22 Kautabletten abgepackt. 2 Röhrchen à 11 Kautabletten.

Pharmazeutischer Unternehmer

BOIRON - 2 avenue de l'Ouest Lyonnais - 69510 Messimy Frankreich

Zulassungsnummer

HO-BE518355

Art der Abgabe

Apothekenpflichtig.

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im 10.2017.