

Dénomination du médicament

**SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent**  
**Aspartate d'arginine, acide ascorbique**

Encadré

**Veillez 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 un mois.

Que contient cette notice ?

1. Qu'est-ce que SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?
3. Comment prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations.

## **1. QU'EST-CE QUE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISÉ ?**

Classe pharmacothérapeutique : TONIQUES - code ATC : A13A

Ce médicament contient un acide aminé (l'aspartate d'arginine) et de la vitamine C.

Il est indiqué dans les états de fatigue passagers de l'adulte (à partir de 15 ans).

## **2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?**

**Ne prenez jamais SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent :**

- si vous êtes allergique aux substances actives ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.
- si vous avez un calcul rénal (oxalo-calcique).
- si vous avez une phénylcétonurie (maladie héréditaire dépistée à la naissance) en raison de la présence d'aspartam.

### **Avertissements et précautions**

Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent.

- En raison d'un effet légèrement stimulant, il est souhaitable de ne pas prendre ce médicament en fin de journée.
- Si votre fatigue s'accroît ou persiste après 1 mois de traitement ou si elle s'accompagne de manifestations inhabituelles (voir Conseils d'éducation sanitaire), prenez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.
- Si vous avez récemment subi un infarctus du myocarde, ce médicament ne doit être pris que sous surveillance médicale en raison de sa teneur en arginine.
- Si vous devez effectuer les examens biologiques suivants, parlez-en à votre médecin : créatinine, dosage du glucose dans le sang et dans les urines (test de la glucose oxydase pour le diabète). Des doses élevées (plus de 2 g/jour) de vitamine C peuvent interférer avec ces examens.
- Si vous avez un déficit enzymatique appelé déficit en glucose-6-phosphate déshydrogénase (un trouble héréditaire du métabolisme des globules rouges), informez-en votre médecin. L'hémolyse (destruction des globules rouges) peut être provoquée par des doses élevées de vitamine C chez les patients présentant un déficit en glucose-6-phosphate déshydrogénase.
- Si vous souffrez d'une surcharge en fer, par exemple d'hémochromatose, informez-en votre médecin.
- Des doses élevées de vitamine C peuvent augmenter le taux d'oxalate de calcium dans l'urine et entraîner la formation de calculs rénaux. Consultez votre médecin avant

de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent, en particulier si vous êtes prédisposé à la formation de calculs rénaux.

## **Enfants**

Sans objet.

## **Autres médicaments et SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent**

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

Ce médicament contient de l'aspartate d'arginine et de la vitamine C. D'autres médicaments en contiennent. Ne les associez pas, afin de ne pas dépasser les doses maximales conseillées (voir rubrique 3).

En particulier informez votre médecin ou pharmacien dans les situations suivantes :

- Si vous souffrez de surcharge en fer pouvant nécessiter un traitement par déféroxamine ou déféripnone (médicaments utilisés pour capter le fer ou l'aluminium lors d'intoxications ou de surcharges de l'organisme). Votre fonction cardiaque devra être surveillée en cas d'association.
- Si vous prenez de la ciclosporine (médicament utilisé pour diminuer les réactions immunitaires de l'organisme, par exemple après une greffe d'organe) car la vitamine C risque de diminuer les concentrations de la ciclosporine dans votre sang, notamment en cas d'association avec la vitamine E.

## **SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent avec des aliments et boissons**

Sans objet.

### **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.

Vous devez éviter de prendre ce médicament si vous êtes enceinte.

Si vous allaitez, vous devez éviter de prendre ce médicament car il peut se retrouver dans le lait maternel.

### **Conduite de véhicules et utilisation de machines**

Sans objet.

### **SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent contient du sodium, de l'aspartam et du sorbitol.**

- Ce médicament contient 109 mg de sodium (composant principal du sel de cuisine/table) par comprimé effervescent. Cela équivaut à 5,5 % de l'apport alimentaire quotidien maximal recommandé de sodium pour un adulte. En tenir compte chez les personnes suivant un régime pauvre en sel strict.
- Ce médicament contient 5 mg d'aspartam par comprimé effervescent. L'aspartam contient une source de phénylalanine. Peut être dangereux pour les personnes atteintes de phénylcétonurie (PCU), une maladie génétique rare caractérisée par l'accumulation de phénylalanine ne pouvant être éliminée correctement.

- Ce médicament contient 0,6 mg de sorbitol par comprimé effervescent.

### **3. COMMENT PRENDRE SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?**

Veillez 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.

RESERVE A L'ADULTE (à partir de 15 ans).

#### **Posologie**

- Soit un comprimé effervescent le matin et un le midi.
- Soit deux comprimés effervescents le matin ou le midi en une seule prise.
- Ne pas dépasser 2 comprimés effervescents par jour.
- Faire dissoudre les comprimés effervescents dans un verre d'eau avant de boire.

#### **Durée de traitement**

La durée d'utilisation est limitée à 1 mois.

#### **Si vous avez pris plus de SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent que vous n'auriez dû**

En cas de surdosage, arrêtez le traitement et consultez immédiatement votre médecin ou votre pharmacien.

- A doses supérieures à 1 g/jour en vitamine C, possibilité de :
  - Troubles digestifs (brûlures d'estomac, diarrhée)
  - Troubles urinaires (formation de calculs rénaux)
  - Hémolyse (destruction des globules rouges) chez les sujets déficients en glucose-6-phosphate déshydrogénase (enzyme spécifique des globules rouges).
- A doses supérieures à 2 g/jour en vitamine C, la vitamine C peut interférer avec les tests biologiques suivants : dosage de la créatinine et du glucose sanguin et urinaire (contrôle du diabète par tigelette à la glucose-oxydase).

L'ingestion de fortes doses d'arginine ou un traitement prolongé peuvent provoquer des troubles gastro-intestinaux tels que diarrhées, nausées, douleurs abdominales, ballonnements et vomissements.

Si vous oubliez de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent  
Sans objet.

**Si vous arrêtez de prendre SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent**  
Sans objet.

Si vous avez d'autres questions sur l'utilisation de ce médicament, demandez plus  
d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

## 4. QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS ?

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

Fréquence indéterminée (ne peut être estimée sur la base des données disponibles)

- Réactions allergiques (hypersensibilité)
- Troubles gastro-intestinaux tels que diarrhée, nausée, vomissements (à forte dose)
- Réactions cutanées

### 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 nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) et réseau des Centres Régionaux de Pharmacovigilance - Site internet :

<https://signalement.social-sante.gouv.fr>.

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

## 5. COMMENT CONSERVER SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent ?

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.

Pas de précautions particulières de conservation.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l'égout 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 SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent**

- Les substances actives sont :

Aspartate d'arginine ..... 1,5 g

Acide ascorbique ..... 0,5 g

Pour un comprimé effervescent.

- Les autres composants sont : acide citrique anhydre, bicarbonate de sodium, carbonate de sodium anhydre, citrate de sodium dihydraté, silice colloïdale anhydre, aspartam, saccharine sodique, rouge de betterave (E 162), phosphate sodique de riboflavine, maltodextrine, arôme citron.

### **Qu'est-ce que SARGENOR A LA VITAMINE C, comprimé effervescent et contenu de l'emballage extérieur**

Ce médicament se présente sous forme de comprimé effervescent.

Boîte de 10, 20 ou 40.

### **Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché**

#### **MEDA PHARMA**

1 BIS PLACE DE LA DEFENSE ? TOUR TRINITY

92400 COURBEVOIE

### **Exploitant de l'autorisation de mise sur le marché**

#### **VIATRIS SANTE**

1 BIS PLACE DE LA DEFENSE ? TOUR TRINITY

92400 COURBEVOIE

### **Fabricant**

#### **HERMES PHARMA GES.M.B.H.**

SCHWIMMSCHULWEG 1A

9400 WOLFSBERG

AUTRICHE

### **Noms du médicament dans les Etats membres de l'Espace Economique Européen**

Sans objet.

### **La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est :**

[à compléter ultérieurement par le titulaire]

### **Autres**

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

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

Ce médicament a pour but d'atténuer un état de fatigue passager.

Il convient de distinguer la fatigue physique normale survenant à la suite d'un effort important par exemple et l'asthénie qui est une fatigue en dehors de tout effort.

- La fatigue survenant à la suite d'un effort physique est normale : le repos suffit à la faire disparaître.
- La fatigue qui ne cède pas au repos ou asthénie est la sensation de ne pas pouvoir fournir un effort avant même de l'avoir commencé. Cette fatigue peut être la conséquence d'un surmenage, d'une maladie.

Certains médicaments peuvent aussi entraîner une fatigue inhabituelle : relisez la notice des médicaments que vous prenez et demandez l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin. Mais, dans de nombreux cas, aucune cause précise n'est retrouvée. La fatigue peut se manifester par des symptômes très variables. Cela peut être une impression générale de faiblesse. Mais parfois des symptômes peuvent s'y associer comme des troubles du sommeil (insomnie, sommeil agité), intellectuels (difficultés de concentration, de la mémoire et de l'attention), sexuels (diminution du désir), du caractère (irritabilité, pessimisme, tristesse, démotivation).

Vous pouvez diminuer votre fatigue en respectant autant que possible les conseils suivants :

- Reposez-vous, relaxez-vous, cherchez les raisons de votre fatigue,
- Pratiquez une activité physique régulière et adaptée,
- Ayez une alimentation équilibrée (notamment évitez la prise d'alcool, de tabac, d'excitants),
- Retrouvez votre rythme de sommeil (heure du coucher régulière et durée suffisante de sommeil).

Demandez l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin dans les cas suivants :

- Absence d'amélioration après 1 mois de traitement.
- Augmentation de la sensation de fatigue en cours de traitement.
- Survenue de nouveaux symptômes ou de symptômes inhabituels.