

Solyne | Mélatonine 3mg

Comprimés

Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce complément alimentaire.

Elle contient des informations importantes.

- Si vous avez des questions, ou besoin de conseils, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

- Gardez cette notice vous pouvez avoir besoin de la relire.

- Si les symptômes persistent, ou s'aggravent consultez un médecin.

1- Comment se présente Solyne Mélatonine 3 mg ?

Mélatonine 3 mg se présente sous forme de comprimé rond de couleur blanche. Boite de 30 comprimés sous plaquettes thermoformées. Chaque blister renferme 15 comprimés.

2- Que contient Solyne Mélatonine 3 mg ?

Composition / Comprimé

Mélatonine3 mg

Stabilisant* (SIN459, SIN1202, SIN466),
Antioxydant* (SIN310), Adjuvant*
(1201), Colorant* (SIN171), **lactose**,
Amidon, talc, éthanol.

*Additifs à usage alimentaire.

3- Dans quel cas utiliser Solyne Mélatonine 3 mg

Solyne Mélatonine 3 mg est indiqué :
-En monothérapie, pour le traitement à court terme de l'insomnie primaire caractérisée par un sommeil de mauvaise qualité chez les adultes.

-Pour atténuer les effets du décalage horaire.

-Pour réduire le temps d'endormissement.

4- Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser Solyne Mélatonine 3 mg ?

Contre - indications :

Si vous êtes allergique à l'un

des composants de ce produit.

Ne pas utiliser chez les personnes souffrant d'insuffisance rénale ou hépatique, d'ulcère gastroduodénal, ou de maladie cardiaque.

Valeurs nutritionnelle /100g	
Glucides	85,4 g
Sucre	13,6 g
Protéines	5,72 g
Lipides	0,83 g
Lipides Saturés	
Fibres	0,0 g
Sodium	0,1174 g

Valeur énergétique :

372 Kcal /100 g - 1557,5 Kj/100 g

5- Précautions d'emploi :

Solyne Mélatonine 3 mg peut entraîner une somnolence, et doit être utilisé avec prudence si les effets de cette somnolence sont susceptibles de poser un problème de sécurité.

*Ce complément alimentaire est déconseillé chez les personnes présentant une maladie auto-immune, d'épilepsie, d'asthme, de troubles de l'humeur, du comportement ou de la personnalité ; ainsi que des personnes suivant un traitement médicamenteux anticoagulant ou antidiabétique.

Solyne Mélatonine 3 mg contient du lactose, il est donc déconseillé chez les patients présentant une intolérance ou un syndrome de malabsorption du glucose ou galactose.

- Déconseillé aux personnes allergiques et / ou intolérantes aux additifs alimentaires et à l'ingrédient marqué en gras.

- Les compléments alimentaires ne peuvent se substituer à une alimentation variée et à un mode de vie sain.

Grossesse et allaitement : Déconseillé d'utiliser Solyne Mélatonine 3 mg chez la femme enceinte ou celle qui allaite.

Effets indésirables :

Les effets indésirables les plus fréquents, proches du placebo selon les études cliniques, étaient : Somnolence, céphalées, rhinopharyngites, mal de dos, arthralgies et fatigue.

Surdosage : Aucun cas de surdosage n'a été rapporté.

6-Comment utiliser Solyne Mélatonine 3 mg ?

Voie orale : Adolescents et adultes
Les comprimés doivent être avalés avec un peu d'eau.

Posologie : 1 comprimé / jour, 1 à 2 heures avant le coucher et après le repas.

7-Quelles sont les interactions médicamenteuses avec Solyne Mélatonine 3 mg ?

La mélatonine amplifie les propriétés sédatives des benzodiazépines et des hypnotiques ; éviter la consommation d'alcool.

La Carbamazépine, la rifampicine, le tabagisme, peuvent réduire le taux de mélatonine. Par contre les quinolones, les contraceptifs ou monothérapie de substitution, la cimétidine et la fluvoxamine peuvent augmenter le taux de la Mélatonine. Mélatonine 3 mg pourrait interagir avec les médicaments contre l'hypertension artérielle.

8-Comment conserver Solyne Mélatonine 3 mg ?

A conserver à une température ne dépassant pas 25 °C.

A conserver dans l'emballage d'origine à l'abri de la lumière. Tenir le produit hors de portée des enfants. Ne pas consommer après la date de péremption.

سولين | ميلاتونين 3 مغ

يرجى قراءة هذه النشرة بعناية قبل تناول هذا المكمل غذائي، لاحتوائها على معلومات مهمة لعلاجك، - إذا كانت لديك أي أسئلة فاسأل طبيبك أو الصيدلي للحصول على مزيد من المعلومات، - احتفظ بهذه النشرة التي قد تحتاج لقراءتها مرة أخرى، - إذا استمرت الأعراض أو ساءت، استشر الطبيب.

1- كيف يبدو سولين الميلاتونين 3 مغ ؟
يتم تقديم الميلاتونين 3 مغ على شكل قرص أبيض مستدير، عليه بها 30 قرص، كل صفيحة تحتوي على 15 قرص.

2- ماذا يحتوي سولين الميلاتونين 3 مغ ؟ التركيب / قرص
الميلاتونين 3 مغ
الميثيت* (SIN466, SIN1202, SIN459),
مضاد للأكسدة*(SIN 310),
مساعدة* (1201)، اللون* (SIN171)،
اللاكتوز، النشاء، التلك، الإيثانول*،
المضافات الغذائية.

3- متى يجب استخدام سولين الميلاتونين 3 مغ ؟
- يشار الميلاتونين 3 مغ:
لتقليل من الأرق الأولي قصير الأمد الذي يتميز بنوعية النوم الرديئة لدى البالغين،
- لتقليل آثار اضطراب الرحلات الجوية الطويلة،
- لتقليل الوقت الذي يستغرقه النوم.

4- ما هي المعلومات التي يجب معرفتها من قبل استخدام سولين الميلاتونين 3 مغ ؟
موانع الاستعمال:
إذا كنت تعاني من حساسية تجاه أي من مكونات هذا المنتج،
لا يستخدم عند الأشخاص الذين يعانون

من قصور كلوي أو كبدي، و أمراض القرحة الهضمية، أو أمراض القلب.

القيمة الغذائية 100غ	
الغلوسيدات	85,4 غ
سكر	13,6 غ
البروتينات	5,72 غ
الدهون	0,83 غ
الكثوم المشبعة	0,0 غ
الألياف	0,1174 غ
الصيديوم	0,1174 غ

القيمة الطاقوية:
372 كيلوكلوري /100 غ
1557.5 كيلوجول /100 غ

5- إحتياجات الإستعمال:
- **سولين الميلاتونين 3 مغ** يمكن أن يسبب النعاس ، يجب استخدامه بحذر إذا كانت آثار هذا النعاس من المحتمل أن تشكل مخاوف تتعلق بالسلامة.
- هذا المكمل الغذائي لا ينصح به للأشخاص الذين يعانون من أمراض المناعة الذاتية و الصراخ و الربو و المزاج واضطرابات السلوك أو الشخصية، وكذلك الأشخاص الذين يتناولون مضادات التخثر أو الأدوية المضادة لمرض السكر، لذلك لا ينصح به للمرضى الذين يعانون من عدم تحمل أو متلازمة سوء امتصاص الفلوكوز أو الغالاكتور.
- لا ينصح به للأفراد الذين يعانون من الحساسية و / أو عدم تحمل المضافات الغذائية و المكون المميز بخط غامق.
- لا يمكن استخدام المكملات الغذائية كبدل لنظام غذائي متنوع و نمط حياة صحي.

الحمل و الرضاعة: لا ينصح باستعماله عند النساء الحوامل أو المرضعات.
أعراض جانبية: الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً، مشابهة للعلاج الجاهمي وفقاً للدراسات السريرية، هي: الصداع،

إلتهاب البلعوم الأنفي، آلام الظهر و آلام المفاصل،
الجرعة الزائدة: لم يتم الإبلاغ عن أي حالة جرعة زائدة.

6- كيفية إستخدام سولين الميلاتونين 3 مغ ؟

عن الطريق الفم: المراهقون و البالغون،
يجب إتباع الأقراص مع قليل من الماء،
الجرعة: قرص واحد/يوم، قبل النوم بساعة أو ساعتين وبعد الوجبات.

7- ما هي التفاعلات الدوائية مع سولين الميلاتونين 3 مغ ؟

يزن الميلاتونين الخصائص المهدئة للبنزوديازيبينات والمنومات،
تجنب إستهلاك الكحول،
كاربامازيبين، ريفامبسين، التخدين يمكن أن يقلل من مستويات الميلاتونين. من ناحية أخرى، يمكن أن تزيد الكينولونات أو موانع الحمل أو العلاج بالهرمونات البديلة و السيميتيدين و الفلوفوكسامين من مستوى الميلاتونين،
قد تتفاعل الميلاتونين مع أدوية إرتفاع ضغط الدم.

8- كيف يخزن سولين الميلاتونين 3 مغ ؟

لا يخزن في درجة حرارة تفوق 25°. يجب التخزين في العبوة الأصلية للحماية من الضوء، احفظ المنتج بعيداً عن متناول الأطفال،
لا تستهلك بعد تاريخ انتهاء الصلاحية

مصنوع من قبل مختبر ماف فارم

Magpharm

مساف فيرام فيرديجي

معرض مولود فيرون رقم

02 بلدية رار البيضا، 16033 الزائر

بموجب ترخيص من طرف سويسرلاند

Swisshealth AG

Kernstrasse 17

CH-4660 Sarnen

Suisse

سويسرلاند

06600 CH-4660

سويسرا