

# VIDAL DE LA FAMILLE

## OLIGOSTIM MAGNÉSIUM

Fiche révisée le : 22/11/2019

### Oligo-élément

oligo-élément

[.Composition.](#) [Indications.](#) [Grossesse et allaitement.](#) [Mode d'emploi et posologie.](#) [Lexique](#)

## COMPOSITION

	p cp
Gluconate de magnésium dihydraté	220 µg
Soit Magnésium	12 µg
Lactose	+

## INDICATIONS

Ce médicament appartient à la famille des éléments minéraux traces ([oligo-éléments](#)).

Il est utilisé comme [modificateur de terrain](#), en particulier dans certains dérèglements du système [neurovégétatif](#) et dans les troubles regroupés sous le terme de [spasmophilie](#).

## GROSSESSE et ALLAITEMENT

Aux doses préconisées, les [oligo-éléments](#) sont présumés sans danger pendant la grossesse ou l'allaitement. Néanmoins, par mesure de prudence, ne les utilisez pas sans prendre l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin.

## MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Prendre le médicament de préférence le matin à jeun ou à distance des repas.

Laisser fondre les comprimés sous la langue.

### Posologie usuelle:

- Adulte : 1 ou 2 comprimés par jour.

---

## LEXIQUE

### ***modificateur de terrain***

Substance qui n'est pas directement destinée à combattre une maladie, mais à aider l'organisme à lutter contre elle.

### ***neurovégétatif***

Qui concerne le système nerveux du même nom, responsable du bon fonctionnement des organes. Ce réseau complexe n'est pas contrôlé par la volonté et son dérèglement est la cause fréquente d'affections pénibles, mais généralement bénignes (colite spasmodique, tétanie, palpitations, etc.).

### ***oligo-éléments***

Élément minéral (cuivre, cobalt, manganèse, or, argent, etc.), apporté par une alimentation diversifiée et présent dans l'organisme en très petite quantité. Les oligo-éléments sont utilisés comme modificateurs de terrain.

Synonyme : élément minéral trace.

### ***spasmophilie***

Terme fréquemment employé pour qualifier un état associant diverses manifestations d'un dérèglement nerveux diffus.

### ***sublingual***

Voie d'administration d'une substance médicamenteuse qui permet une absorption rapide par les veines situées sous la langue. Le médicament doit être maintenu sous la langue suffisamment longtemps pour passer dans le sang (quelques minutes en général).