

VIDAL DE LA FAMILLE

BÉTASÉLEN

Fiche révisée le : 01/08/2001

Antiasthénique

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

COMPOSITION

	p gél
Acide ascorbique (vitamine C)	200 mg
Alpha-tocophérol acétate (vitamine E)	200 mg
Bêta-carotène	9 mg
Zinc pidolate	25 mg
soit Zinc	5 mg
Sodium sélénite	0,22 mg
soit Sélénium	100 µg

INDICATIONS

Ce médicament est une association de [vitamines](#) et de sels minéraux.

Il est utilisé dans le [traitement d'appoint](#) de la fatigue lorsque celle-ci n'est pas due à une maladie ([asthénie fonctionnelle](#)).

ATTENTION

La [vitamine](#) C est dégradée dans l'organisme en acide oxalique pouvant favoriser la formation de calculs dans les [voies](#) urinaires. Ne prenez pas de dose importante de [vitamine](#) C pendant une longue durée sans avis médical.

Une fatigue persistante ne doit pas vous conduire à augmenter les prises de ce médicament : demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

GROSSESSE et ALLAITEMENT

Ce médicament contient des substances présumées sans danger pendant la grossesse ou l'allaitement. Néanmoins, ne l'utilisez pas sans l'avis préalable de votre pharmacien ou de votre médecin.

MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Les gélules doivent être avalées avec un verre d'eau, de préférence en début de journée.

Posologie usuelle:

1 gélule, le matin et à midi.

La durée du traitement ne doit pas dépasser 1 mois sans avis médical.

CONSEILS

Le traitement de l'[asthénie fonctionnelle](#) repose sur des mesures simples : un temps de sommeil suffisant, une limitation de la consommation d'[alcool](#), de café et de thé, l'arrêt du tabagisme, la pratique d'un sport, la suppression, lorsque cela est possible, des expositions au stress. Ce médicament n'est qu'un [traitement d'appoint](#) qui complète l'action de ces mesures indispensables.

LEXIQUE

alcool

Nom général désignant une famille de substances qui ont la propriété de pouvoir être mélangées à l'eau et aux corps gras. L'alcool le plus courant est l'alcool éthylique (éthanol), mais il existe de nombreux autres alcools : méthanol, butanol, etc. Le degré d'une solution alcoolique correspond au volume d'alcool pur présent dans 100 ml de solution, en sachant que 1 verre ballon de vin ou 1 demi de bière (25 cl) contiennent environ 8 g d'alcool.

Lorsque l'alcool est utilisé comme antiseptique, un dénaturant d'odeur désagréable lui est souvent ajouté pour éviter qu'il soit bu. Contrairement à une croyance répandue, l'alcool à 70° (ou même à 60°) est un meilleur antiseptique que l'alcool à 90°.

asthénie fonctionnelle

Fatigue générale sans maladie d'organes décelable. Elle peut survenir pendant la convalescence d'une maladie ou à l'occasion de certains stress.

traitement d'appoint

Traitement qui complète l'action d'un traitement spécifique, mais ne permet généralement pas d'obtenir la guérison à lui seul.

vitamines

Substance indispensable à la croissance et au bon fonctionnement de l'organisme. Les besoins en vitamines sont normalement couverts par une alimentation variée. Dans les pays développés, seule la carence en vitamine D, chez le jeune enfant ou le vieillard peu exposés au soleil, justifie une supplémentation systématique. Un apport supérieur aux besoins, par des médicaments notamment, peut être à l'origine d'un surdosage et de troubles divers (vitamines A et D essentiellement).

voies

- Chemin (voie d'administration) utilisé pour administrer les médicaments : voie orale, sublinguale, sous-cutanée, intramusculaire, intraveineuse, intradermique, transdermique.
- Ensemble d'organes creux permettant le passage de l'air (voies respiratoires), des aliments (voies digestives), des urines (voies urinaires), de la bile (voies biliaires), etc.