

VIDAL DE LA FAMILLE

ARKOGÉLULES ESCHSCHOLTZIA

Fiche révisée le : 06/09/2019

Phytothérapie

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

COMPOSITION

	p gél
Eschscholtzia, partie aérienne	300 mg

INDICATIONS

Ce médicament contient un extrait de plante à visée [sédative](#).

Il est traditionnellement utilisé dans le [traitement symptomatique](#) de la nervosité, notamment en cas de troubles légers du sommeil.

GROSSESSE et ALLAITEMENT

Ce médicament contient une plante présumée sans danger pendant la grossesse ou l'allaitement. Néanmoins, par mesure de prudence, ne l'utilisez pas sans prendre l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin.

MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Les gélules doivent être avalées avec un grand verre d'eau.

Posologie usuelle:

- Adulte : 2 gélules au dîner et 2 gélules au coucher.
- Enfant de 12 à 15 ans : 1 gélule au dîner et 1 gélule au coucher.

CONSEILS

Les médicaments ne sont pas la seule réponse aux troubles du sommeil : une meilleure hygiène de vie, une consommation modérée d'excitants (y compris les boissons alcoolisées...), l'insonorisation de la chambre ou le port de bouchons auriculaires (type boules Quies) permettent aussi d'améliorer la qualité du sommeil.

Ce médicament peut être en accès libre (ou accès direct) dans certaines pharmacies ; dans ce cas, faites valider votre choix par votre pharmacien.

LEXIQUE

sédative

- Qui apaise, qui calme.
- Médicament appartenant à différentes familles : anxiolytiques, hypnotiques, antalgiques, antitussifs, antiépileptiques, neuroleptiques, etc. mais aussi antidépresseurs, antihistaminiques H1, antihypertenseurs. Un sédatif peut être responsable de somnolence et augmenter les effets de l'alcool.

traitement symptomatique

Traitement qui supprime ou atténue les symptômes d'une maladie sans s'attaquer à sa cause.