VIDAL DE LA FAMILLE

ZYMAD goutte

Fiche révisée le : 25/04/2023

Vitamine D

colécalciférol

.Composition.Indications.Contre-indications.Attention.Interactions médicamenteuses.Grossesse et allaitement.Mode d'emploi et posologie. Conseils.Effets indésirables.Lexique

COMPOSITION

	p gte
Colécalciférol (vitamine D3)	300 UI

INDICATIONS

Ce médicament contient de la vitamine D, qui permet la fixation osseuse du calcium et dont la carence provoque le rachitisme.
Il est utilisé pour prévenir et traiter les carences en vitamine D.

CONTRE-INDICATIONS

Ce médicament ne doit pas être utilisé dans les cas suivants :

- excès de calcium dans le sang et dans les urines,
- antécédent de calculs rénaux contenant du calcium.

ATTENTION

Un surdosage en vitamine D expose à des effets indésirables graves, tels qu'une atteinte des reins. La vitamine D est présente dans de nombreux laits pour bébé et compléments alimentaires disponibles sans ordonnance : prenez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien pour éviter tout risque de surdosage.
En cas de traitement à fortes doses ou de traitement répété, le médecin peut être amené à surveiller le taux de calcium dans le sang et les urines.

INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES

Informez votre médecin ou votre pharmacien si vous prenez un médicament contenant de l'orlistat.

GROSSESSE et ALLAITEMENT

Ce médicament peut être utilisé chez la femme enceinte ou chez celle qui allaite, mais la posologie prescrite par le médecin ne doit pas être dépassée.

Une hypercalcémie pendant la grossesse pourrait être néfaste pour l'enfant à naître. Veillez à ne pas absorber plusieurs médicaments contenant de la vitamine D pendant la grossesse.

MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Les gouttes de solution peuvent être prises pures ou diluées dans le lait du biberon ou du jus de fruits. Ne pas les mettre dans un liquide trop chaud ni les faire chauffer.

Posologie usuelle:

Dans le prévention de la carence en vitamine D :

- Nourrisson de moins de 24 mois : 2 à 5 gouttes par jour, en fonction de la prise d'un lait enrichi en vitamine D (jusqu'à 8 gouttes pour les enfants à peau sombre) durant toute l'année.
- Enfant et adolescent : 2 ou 3 gouttes par jour, durant toute l'année. En présence d'une maladie de l'appareil digestif ou d'un traitement antiépileptique, la posologie est augmentée.
- Femme enceinte : 3 gouttes par jour, à partir du 6e ou du 7e mois de grossesse.
- Adulte et personne âgée : 3 à 6 gouttes par jour.

Dans le traitement de la carence en vitamine D : la posologie est strictement individuelle.

CONSEILS

Les carences en vitamine D sont particulièrement fréquentes chez les jeunes enfants à peau sombre ou peu exposée au soleil ; en effet, la vitamine D est fabriquée par la peau sous l'influence des rayons ultraviolets.
La prévention du rachitisme par la vitamine D doit être systématique chez les nourrissons et les jeunes enfants.
Le flacon doit être conservé à l'abri de la lumière et ne doit pas être gardé plus de 3 mois après ouverture. Pensez à noter la date de première utilisation sur l'emballage.

EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

Démangeaisons, éruption cutanée, gonflement.
Excès de calcium dans le sang et dans les urines, lithiase urinaire en cas de surdosage.

LEXIQUE

antécédent
Affection guérie ou toujours en évolution. L'antécédent peut être personnel ou familial. Les antécédents constituent l'histoire de la santé d'une personne.

carence
Déficit concernant habituellement des nutriments, des vitamines, des sels minéraux, etc. Une alimentation diversifiée est la meilleure prévention des carences.

hypercalcémie
Excès de calcium dans le sang, consécutif à une maladie ou à l'usage de certains médicaments (excès de vitamine D).

nourrissons
Enfant de un à 30 mois. Un enfant de moins de un mois est un nouveau-né.

posologie
Quantité et répartition de la dose d'un médicament en fonction de l'âge, du poids et de l'état général du malade.

rachitisme
Maladie de la croissance due à un déficit en vitamine D. Elle se traduit par une déformation des os et des cartilages, et des troubles de l'état général. La vitamine D est fabriquée dans la peau à condition que celle-ci soit suffisamment exposée au soleil ; elle favorise l'absorption et la fixation du calcium et du phosphore, principaux constituants de l'os.

surdosage
La prise en quantité excessive d'un médicament expose à une augmentation de l'intensité des effets indésirables, voire à l'apparition d'effets indésirables particuliers.
Ce surdosage peut résulter d'une intoxication accidentelle, ou volontaire dans un but de suicide : il convient alors de consulter le centre antipoison de votre région (liste en annexe de l'ouvrage). Mais le plus souvent, le surdosage est la conséquence d'une erreur dans la compréhension de l'ordonnance, ou de la recherche d'une augmentation de l'efficacité par un dépassement de la posologie préconisée. Enfin, une automédication intempestive peut conduire à l'absorption en quantité excessive d'une même substance contenue dans des médicaments différents. Certains médicaments exposent plus particulièrement à ce risque, car ils sont considérés (à tort) comme anodins : vitamines A et D, aspirine, etc. L'arrêt ou la diminution des prises médicamenteuses permettent de faire disparaître les troubles liés à un surdosage.

ultraviolets
Les rayons ultraviolets sont des radiations émises naturellement par le soleil ou artificiellement par certaines lampes. On distingue les UV A et les UV B. Les UV B, de courte longueur d'onde, sont arrêtés dans les couches les plus externes de la peau. Ils sont responsables de brûlures (coups de soleil). Les UV A, de longueur d'onde plus importante, pénètrent profondément et atteignent le derme. Ils induisent la pigmentation (bronzage). L'exposition intense et répétée aux UV cause un vieillissement prématuré de la peau et augmente le risque de cancer cutané.
Abréviation : UV.

vitamine
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).