

VIDAL DE LA FAMILLE

OSSOPAN

Fiche révisée le : 12/03/2018

Élément minéral : calcium

complexe osséine-hydroxyapatite

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

COMPOSITION

	p cp
Extrait d'os total (complexe osséine-hydroxyapatite)	600 mg
soit Calcium	129 mg

INDICATIONS

Ce médicament contient un extrait d'os, riche en calcium.

Il est utilisé en cas de besoins accrus en calcium (période de croissance, grossesse, allaitement) ou de décalcification osseuse ([ostéoporose](#) survenant après la ménopause, traitement au long cours par la [cortisone](#)).

CONTRE-INDICATIONS

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

- excès de calcium dans le sang ou dans les urines,
- [lithiase](#) calcique,
- immobilisation prolongée (attendre la reprise de la marche pour débiter le traitement).

ATTENTION

Des apports excessifs en calcium peuvent être dangereux ; n'utilisez pas ce médicament sans avis médical.

En cas de traitement prolongé, d'administration conjointe de vitamine D ou d'[insuffisance rénale](#), des analyses de sang et d'urine peuvent être prescrites pour vérifier l'absence d'accumulation anormale de calcium dans l'organisme.

Lorsque ce médicament est destiné à traiter la décalcification due à une immobilisation prolongée, il ne doit être pris que lors de la reprise de la marche.

En cas d'[antécédent](#) de calcul rénal, il est recommandé de respecter les mesures diététiques préconisées par votre médecin (apports en eau, sel, protéines animales), d'adapter l'apport en calcium de l'alimentation et éviter de prendre des médicaments ou des compléments alimentaires contenant de la vitamine D.

INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES

Respectez un intervalle d'au moins 2 heures entre la prise de ce médicament et celle des [cyclines](#), des biphosphonates, des hormones thyroïdiennes, des médicaments contenant du fer, du zinc ou du strontium.

Informez par ailleurs votre pharmacien ou votre médecin si vous prenez un médicament contenant de la digoxine ou un [diurétique](#) (hydrochlorothazide notamment).

Il existe également des interactions alimentaires : les aliments réputés riches en acide oxalique (épinards, rhubarbe, oseille, cacao, thé) ou en acide phytique (chocolat, céréales complètes, légumes secs) peuvent diminuer l'absorption du calcium. Il est donc recommandé de prendre ce médicament à distance de repas contenant ces aliments.

GROSSESSE et ALLAITEMENT

L'apport éventuel de calcium médicamenteux pendant la grossesse ou l'allaitement ne doit pas dépasser 1 500 mg par jour.

MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Les comprimés ne sont pas adaptés à l'enfant de moins de 6 ans. En effet, ils risquent d'obstruer les voies respiratoires si l'enfant déglutit mal et que le comprimé passe dans la trachée (fausse route).

Ils doivent être avalés avec un grand verre d'eau.

Posologie usuelle:

- Adulte : 8 comprimés par jour.
- Enfant de plus de 6 ans : 4 à 8 comprimés par jour.

CONSEILS

La prise de ce médicament ne dispense pas de la consommation régulière de laitages, naturellement riches en calcium.

EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

Douleurs abdominales, constipation, nausées.

Démangeaisons, urticaire, éruption cutanée.

En cas de traitement prolongé à forte dose : [hypercalcémie](#), hypercalciurie (excès de calcium dans les urines pouvant favoriser les calculs rénaux).

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.

cortisone

Hormone sécrétée par les glandes surrénales. Elle participe à la régulation des sucres, des graisses et des protéines de l'organisme, mais aussi à la réaction du corps lors d'un stress. Ses puissantes propriétés anti-inflammatoires sont utilisées en thérapeutique. La cortisone naturelle porte le nom de cortisol (dosable par des analyses de sang). L'hydrocortisone est la forme médicamenteuse la plus proche de la cortisone naturelle, elle est surtout utilisée dans le traitement substitutif des maladies dues à un déficit en cortisone. D'autres dérivés chimiques plus puissants sont employés lorsque l'on recherche un effet anti-inflammatoire : prednisone, prednisolone, bétaméthasone, dexaméthasone, etc.

cyclines

Famille d'antibiotiques utilisés notamment dans le traitement de l'acné et de certaines infections génitales.

diurétique

Médicament permettant une élimination accrue d'eau par les reins. Le plus souvent, cette perte d'eau fait suite à la perte de sels

provoquée par le médicament (salidiurétique).

Les diurétiques sont surtout utilisés dans le traitement de l'hypertension artérielle, alors que leur mécanisme d'action dans cette maladie est mal connu. Ils sont également prescrits dans l'insuffisance cardiaque aiguë ou chronique, les œdèmes et d'autres affections plus rares.

Ces médicaments provoquent une perte de sodium et de potassium (sauf pour certains d'entre eux appelés « épargneurs de potassium »). Leur prise prolongée nécessite donc un contrôle régulier du potassium sanguin, pour éviter les troubles cardiaques qui pourraient résulter d'une hypokaliémie (manque de potassium dans le sang). Le manque de sodium est une autre conséquence possible, mais plus rare aux posologies habituelles, de l'usage prolongé des diurétiques ; il se détecte également par une prise de sang.

hypercalcémie

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

insuffisance rénale

Incapacité des reins à éliminer les déchets ou les substances médicamenteuses. Une insuffisance rénale avancée ne se traduit pas forcément par une diminution de la quantité d'urine éliminée. Seuls une prise de sang et le dosage de la créatinine peuvent révéler cette maladie.

lithiase

Concrétion (pierre) qui se forme dans les voies excrétrices de certains organes : voies urinaires, biliaires, salivaires.

Synonyme : calcul.

ostéoporose

Fragilisation des os, qui deviennent poreux et cassants.