

# VIDAL DE LA FAMILLE

## BÉNERVA

Fiche révisée le : 29/06/2012

### Vitamine du groupe B

vitamine B1

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

### COMPOSITION

	p cp
Thiamine chlorhydrate (vitamine B1)	250 mg

### INDICATIONS

Ce médicament contient de la [vitamine B1](#), substance indispensable au [métabolisme](#).  
Il est utilisé dans le traitement des carences en [vitamine B1](#) (béribéri).

### GROSSESSE et ALLAITEMENT

Ce médicament ne contient aucune substance connue pour être toxique pendant la grossesse ou l'allaitement. Néanmoins, ne l'utilisez pas de façon prolongée sans l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin.

### MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Les comprimés doivent être avalés avec un peu d'eau.

#### Posologie usuelle:

- Adulte : 1 ou 2 comprimés par jour.

### CONSEILS

La [vitamine B1](#) est présente dans la levure de bière, les céréales (riz, pain complet...), les légumes, les fruits, ainsi que dans le jaune d'œuf, le lait et les abats. Une alimentation équilibrée et diversifiée apporte habituellement des quantités suffisantes de [vitamine B1](#). Certaines circonstances peuvent cependant justifier un apport supplémentaire : prenez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

### EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

Nausées, vomissements, diarrhées et douleurs abdominales.

[Réaction allergique.](#)

---

## LEXIQUE

### ***métabolisme***

Ensemble des actions de transformation qu'effectue l'organisme, aboutissant à la création d'énergie ou à l'élaboration de substances diverses. On distingue l'anabolisme (métabolisme de fabrication) du catabolisme (métabolisme de dégradation).

### ***Réaction allergique***

Réaction due à l'hypersensibilité de l'organisme à un médicament. Les réactions allergiques peuvent prendre des aspects très variés : urticaire, œdème de Quincke, eczéma, éruption de boutons rappelant la rougeole, etc. Le choc anaphylactique est une réaction allergique généralisée qui provoque un malaise par chute brutale de la tension artérielle.

### ***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).