# VIDAL DE LA FAMILLE

# CACIT

Fiche révisée le : 05/06/2007

**Élément minéral : calcium**

calcium

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

## COMPOSITION

| | p cp | p cp |
|---|---|---|
| Carbonate de calcium | 1,25 g | 2,5 g |
| soit Calcium | 500 mg | 1 000 mg |

## INDICATIONS

Ce médicament contient une forte quantité de calcium, principal constituant de l'os.
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 débuter le traitement).

## ATTENTION

Des apports excessifs en calcium peuvent être dangereux, notamment en cas d'insuffisance rénale. N'utilisez pas ce médicament sans avis médical.
Lorsque ce médicament est destiné à traiter la décalcification osseuse due à une immobilisation prolongée, il ne doit être pris qu'à la reprise de la marche.
Le calcium est parfois associé à la vitamine D, qui favorise son absorption ; des analyses de sang peuvent être prescrites pour vérifier l'absence d'accumulation anormale de calcium dans l'organisme.

## 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 effervescents doivent être dissous dans un verre d'eau.

**Posologie usuelle:**

- Adulte et enfant de plus de 10 ans : 2 comprimés de 500 mg ou 1 comprimé à 1 000 mg par jour.
- Enfant de 6 à 10 ans : 1 comprimé à 500 mg par jour.

## CONSEILS

La prise de ce médicament ne dispense pas de la consommation régulière de laitages, naturellement riches en calcium.
Les comprimés effervescents doivent être conservés à l'abri de l'humidité.

## EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

Troubles digestifs, éruption cutanée.
En cas de traitement prolongé à forte dose : hypercalcémie, hypercalciurie (excès de calcium dans les urines pouvant favoriser les calculs rénaux).

---

## LEXIQUE

### *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.

### *Troubles digestifs*
Ensemble de symptômes traduisant une irritation ou un mauvais fonctionnement du tube digestif. Un ou plusieurs troubles peuvent être présents : nausées, vomissements, aérophagie, douleurs abdominales, brûlures d'estomac, ballonnements, flatulences, diarrhée ou constipation, etc. Les antibiotiques peuvent favoriser les candidoses, souvent responsables de troubles digestifs.