

# VIDAL DE LA FAMILLE

## SPASMAG

Fiche révisée le : 13/04/2023

### Élément minéral : magnésium

magnésium, levure de bière

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

### COMPOSITION

	p gél	p amp buv
Sulfate de magnésium trihydraté	423,5 mg	
Sulfate de magnésium heptahydraté		1,2 g
soit Magnésium	59 mg	118 mg
Levure type <i>Saccharomyces cerevisae</i>	50 mg	100 mg
Aspartam	+	
Protéines de soja	+	

### INDICATIONS

Ce médicament contient du magnésium, un élément minéral indispensable au [métabolisme](#), et de la [levure](#) de bière. Il est utilisé en cas de symptômes pouvant évoquer un manque de magnésium : irritabilité, fatigue passagère, troubles mineurs du sommeil, [palpitations](#), crampes musculaires, fourmillements.

### CONTRE-INDICATIONS

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

- [insuffisance rénale](#) grave,
- enfant de moins de 12 ans (gélule),
- allergie au soja ou à l'arachide (gélule : présence de protéine de soja),
- [phénylcétonurie](#) (gélule : présence d'aspartam).

### ATTENTION

La carence en magnésium peut être due à un défaut d'apport, une mauvaise absorption intestinale, une élimination rénale trop importante... En l'absence d'amélioration des symptômes au bout d'un mois de traitement, arrêtez la prise de ce médicament et prenez un avis médical.

### GROSSESSE et ALLAITEMENT

Ce médicament ne contient que des substances présumées sans danger pendant la grossesse ou l'allaitement. Néanmoins, ne l'utilisez

pas sans l'avis de votre pharmacien ou de votre médecin.

## MODE D'EMPLOI ET POSOLOGIE

Ce médicament est pris au cours de la journée, de préférence avant ou au cours des repas.  
Les ampoules buvables doivent être agitées avant l'ouverture et diluées dans un peu d'eau.  
Les gélules peuvent être avalées telles quelles avec un verre d'eau, ou être ouvertes et leur contenu mélangé à un liquide.

### Posologie usuelle:

#### Gélule :

- Adulte : 6 gélules par jour.
- Enfant de plus de 12 ans : 2 à 6 gélules par jour.

#### Ampoule buvable :

- Adulte : 3 ampoules buvables par jour.
- Enfant : 1 à 3 ampoules par jour.

## CONSEILS

Les gélules peuvent être en accès libre dans certaines pharmacies ; néanmoins, n'hésitez pas à demander conseil à votre pharmacien

## EFFETS INDÉSIRABLES POSSIBLES

Diarrhée, douleurs abdominales.

---

## LEXIQUE

### *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.

### *levure*

Champignon microscopique.

### *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).

### *palpitations*

Perception anormale de battements cardiaques irréguliers.

### *phénylcétonurie*

Maladie héréditaire qui se caractérise par l'absence d'une enzyme et qui conduit à l'accumulation dans le sang d'un produit toxique. Son dépistage est systématique à la naissance. Le traitement repose sur un régime alimentaire spécifique pendant la petite enfance.