

# NOTICE

Mis à jour : 13/12/2011

## Dénomination du médicament

**CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique**  
**Citrate de bétaine**

## Encadré

**Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament. Elle contient des informations importantes pour votre traitement.**

Si vous avez d'autres questions, si vous avez un doute, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

- Ce médicament est une spécialité d'AUTOMEDICATION qui peut-être utilisée sans consultation ni prescription d'un médecin.
- Gardez cette notice, vous pourriez avoir besoin de la relire.
- Si vous avez besoin de plus d'informations et de conseils, adressez-vous à votre pharmacien.
- Si les symptômes s'aggravent ou persistent après 7 jours, consultez un médecin.
- Si vous remarquez des effets indésirables non mentionnés dans cette notice, ou si vous ressentez un des effets mentionnés comme étant grave, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien

## Sommaire notice

### Dans cette notice :

1. QU'EST-CE QUE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?
2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?
3. COMMENT PRENDRE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?
4. QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS ?
5. COMMENT CONSERVER CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?
6. INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES

**1. QU'EST-CE QUE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?**

## Classe pharmacothérapeutique

CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique est un médicament de la digestion.

## Indications thérapeutiques

Ce médicament est indiqué dans le traitement des troubles dyspeptiques (lenteurs à la digestion, ballonnements).

## 2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?

### Liste des informations nécessaires avant la prise du médicament

Sans objet.

### Contre-indications

**Ne prenez jamais CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique:**

- si vous êtes allergique (hypersensible) à la substance active ou à l'un des autres composants contenus dans CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique.

### Précautions d'emploi ; mises en garde spéciales

**Faites attention avec CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique:**

Ce médicament 450 mg de sodium par comprimé. A prendre en compte chez les patients contrôlant leur apport alimentaire en sodium.

EN CAS DE DOUTE, IL EST INDISPENSABLE DE DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MEDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN.

### Interactions avec d'autres médicaments

**Prise ou utilisation d'autres médicaments:**

Veillez indiquer à votre médecin ou à votre pharmacien si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, même s'il s'agit d'un médicament obtenu sans ordonnance.

### Interactions avec les aliments et les boissons

Sans objet.

### Interactions avec les produits de phytothérapie ou thérapies alternatives

Sans objet.

### Utilisation pendant la grossesse et l'allaitement

**Grossesse - Allaitement**

Il est préférable de ne pas utiliser ce médicament pendant la grossesse et l'allaitement.

Si vous découvrez que vous êtes enceinte, consultez votre médecin, lui seul peut juger de la nécessité de poursuivre le traitement. D'une façon générale, il convient de demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

### Sportifs

Sans objet.

### Effets sur l'aptitude à conduire des véhicules ou à utiliser des machines

Sans objet.

### Liste des excipients à effet notoire

**Informations importantes concernant certains composants de CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique:**

Sodium (environ 450 mg par comprimé).

### 3. COMMENT PRENDRE CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?

#### Instructions pour un bon usage

Sans objet.

#### Posologie, Mode et/ou voie(s) d'administration, Fréquence d'administration et Durée du traitement

##### Posologie

RESERVE A L'ADULTE ET A L'ENFANT DE PLUS DE 15 ANS.

1 à 3 comprimés par jour.

Si vous avez l'impression que l'effet de CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique n'agit pas comme vous l'attendiez, consultez votre médecin ou votre pharmacien.

##### Mode d'administration

Voie orale.

Prendre les comprimés avant ou après les repas.

Dissoudre les comprimés dans un demi-verre d'eau.

##### Durée du traitement

La durée du traitement est limitée à 7 jours. Au-delà, vous devez consulter votre médecin.

#### Symptômes et instructions en cas de surdosage

**Si vous avez pris plus de CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique que vous n'auriez dû:**

Prévenez votre médecin ou votre pharmacien.

#### Instructions en cas d'omission d'une ou de plusieurs doses

**Si vous oubliez de prendre CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique:**

Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre.

#### Risque de syndrome de sevrage

Sans objet.

### 4. QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS ?

#### Description des effets indésirables

Comme tous les médicaments, CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique est susceptible d'avoir des effets indésirables, bien que tout le monde n'y soit pas sujet.

Dans certains cas, une réaction allergique peut survenir. Vous pouvez identifier les signes d'allergie: par des boutons et/ou des démangeaisons et/ou rougeurs de la peau, ou par un brusque gonflement du visage et du cou.

Si vous ressentez un effet indésirable et que vous pensez que celui-ci est lié à ce médicament, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

## 5. COMMENT CONSERVER CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?

Tenir hors de la portée et de la vue des enfants.

### Date de péremption

Ne pas utiliser CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique après la date de péremption mentionnée sur la boîte. La date d'expiration fait référence au dernier jour du mois.

### Conditions de conservation

Conserver le tube soigneusement fermé, à l'abri de l'humidité.

Reboucher le tube immédiatement après usage.

L'action de la cartouche déshydratante contenue dans le bouchon favorise la conservation des comprimés.

L'absorption accidentelle de son contenu ne présente pas de danger, le produit étant dépourvu de toxicité.

### Si nécessaire, mises en garde contre certains signes visibles de détérioration

Les médicaments ne doivent pas être jetés au tout-à-l'égout ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien ce qu'il faut faire des médicaments inutilisés. Ces mesures permettront de protéger l'environnement.

## 6. INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES

### Liste complète des substances actives et des excipients

**Que contient CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique ?**

**La substance active est:**

Citrate de bétaine ..... 2 g  
Pour un comprimé.

**Les autres composants sont:**

Bicarbonate de sodium, acide citrique anhydre, mannitol, benzoate de sodium, saccharine sodique, macrogol 6000, arôme menthe (menthone, isomenthone, methyl acetate, neomenthol, menthol, maltodextrine, E1450 amidon modifié, E1518 triacétate de glycéryl ).

### Forme pharmaceutique et contenu

**Qu'est-ce que CITRATE DE BETAINE UPSA 2 g MENTHE SANS SUCRE, comprimé effervescent édulcoré à la saccharine sodique et contenu de l'emballage extérieur ?**

Ce médicament se présente sous forme de comprimé effervescent. Boîte de 2 tubes de 10 comprimés effervescents.

### Nom et adresse du titulaire de l'autorisation de mise sur le marché et du titulaire de l'autorisation de fabrication responsable de la libération des lots, si différent

#### Titulaire

**BRISTOL-MYERS SQUIBB**  
3 RUE JOSEPH MONIER  
92500 RUEIL-MALMAISON  
FRANCE

**Exploitant****UPSA CONSEIL**

3 RUE JOSEPH MONIER - B.P. 325  
92506 RUEIL-MALMAISON CEDEX  
FRANCE

**Fabricant****BRISTOL-MYERS SQUIBB**

304 AVENUE DU DOCTEUR JEAN BRU  
47000 AGEN  
FRANCE

ou

**BRISTOL-MYERS SQUIBB**

979 AVENUE DES PYRENEES  
47520 LE PASSAGE  
FRANCE

**Noms du médicament dans les Etats membres de l'Espace Economique Européen**

Sans objet.

**Date d'approbation de la notice**

La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est le {date}.

**AMM sous circonstances exceptionnelles**

Sans objet.

**Informations Internet**

Des informations détaillées sur ce médicament sont disponibles sur le site Internet de l'Afssaps (France).

**Informations réservées aux professionnels de santé**

Sans objet.

**Autres****CONSEILS D'EDUCATION SANITAIRE**

Si vous êtes régulièrement sujet à des troubles dyspeptiques (lenteurs à la digestion, ballonnements), il est alors recommandé:

- D'avoir une alimentation variée et équilibrée.
- D'éviter les repas trop riches en graisses et/ou trop copieux, les boissons gazeuses.
- Manger dans le calme, si possible à heures fixes.
- Boire suffisamment d'eau dans la journée.
- Eviter la pratique d'un effort important juste après les repas.
- Eviter dans la mesure du possible stress et anxiété.
- Observer une bonne hygiène de vie générale: sommeil suffisant, exercice physique.

- Eviter la vie sédentaire.
- Limiter la consommation d'alcool.
- Supprimer le tabac.

VOTRE PHARMACIEN, VOTRE MEDECIN, CONNAISSENT BIEN LES MEDICAMENTS.  
N'HESITEZ PAS A LEUR DEMANDER DES PRECISIONS.  
NE LAISSEZ JAMAIS UN MEDICAMENT A LA PORTEE DES ENFANTS.