

¹²Mg Optima™ Relax

Notice d'information

1. Que contient ce feuillet ?

Ce feuillet répond à certaines questions fréquentes concernant ¹²Mg Optima™ Relax.

Ce feuillet ne contient pas tous les renseignements disponibles sur votre médicament et ne remplace pas l'avis de votre professionnel de la santé.

Tout médicament présente des risques et des bénéfices. Votre médecin a évalué les risques et les bénéfices que peuvent vous apporter la consommation de ¹²Mg Optima™ Relax.

Si vous avez des inquiétudes concernant ce médicament, parlez-en à votre médecin.

Conservez ce dépliant avec votre médicament.

Il vous faudra peut-être le relire.

2. Pourquoi prendre ¹²Mg Optima™ Relax ?

¹²Mg Optima™ Relax contient des ingrédients qui ont été montrés efficaces pour promouvoir la relaxation durant les périodes de stress. Le magnésium bisglycinate Albion® représente une forme hautement biodisponible de magnésium. Le magnésium serait un antagoniste du récepteur à l'acide aminé butyrique (GABA), favorisant ainsi les effets de GABA tandis que la glycine fonctionne comme un inhibiteur de neurotransmetteur et participerait à la relaxation. GABA est le principal inhibiteur de neurotransmetteurs du système nerveux central. Glutamine est un précurseur essentiel à la synthèse de GABA, tandis que la theanine, un acide amine particulier issu du thé vert, a été scientifiquement démontré pour favoriser la détente en se liant aux récepteurs de la glutamate réduisant ainsi l'activité excitatrice du neurotransmetteur. Le pyridoxal (B6) est un cofacteur de l'enzyme glutamate décarboxylase qui catalyse la synthèse de GABA. Le zinc agirait comme un modulateur de la neurotransmission.

Votre professionnel de la santé vous a peut être prescrit ¹²Mg Optima™ Relax pour d'autres raisons.

Si vous avez des questions concernant les raisons pour lesquelles vous ont été prescrites ¹²Mg Optima™ Relax, consultez votre professionnel de la santé.

BioClean ¹²Mg Optima™ Relax n'est pas addictif.

3 Avant de prendre ¹²Mg Optima™ Relax

3a) Les cas où vous ne devez pas en prendre

Ne pas prendre ¹²Mg Optima™ Relax si :

1. 1. Vous avez eu une réaction allergique à ¹²Mg Optima™ Relax ou à tout autre ingrédient listé en section 8b.

3. La date expiration (EXP) inscrite sur la boîte est dépassée.

Si expiré, il est possible que le produit ne fonctionne pas aussi bien que prévu.

Si vous n'êtes pas sûr de devoir commencer à prendre ¹²Mg Optima™ Relax consultez votre professionnel de la santé.

3b) Avant de le prendre

Vous devez avertir votre docteur si :

1. Vous êtes allergique à d'autres médicaments, aliments, préservateurs, colorants ou additifs.

¹²Mg Optima™ Relax contient de l'acide malique, de la silice, un parfum de citron-citron vert, du stevia, l'acide citrique et de la maltodextrine.

Si vous présentez des signes d'allergie ou toute autre effet secondaire après la consommation de ¹²Mg Optima™ Relax cessez tout de suite son utilisation et consultez votre professionnel de la santé.

2. Si vous êtes enceinte ou si vous envisagez une future grossesse.

3. Vous allaitez ou envisagez d'allaiter

4. Vous avez ou avez eu des problèmes de santé qui incluent :

- Problèmes mentaux
- Maladies rénales

Si aucun des ces points n'ont été évoqué avec votre professionnel de la santé, veuillez lui en parler avant de prendre ¹²Mg Optima™ Relax.

3c) Vous prenez d'autres médicaments

Avertissez votre professionnel de la santé si vous prenez d'autres médicaments, y compris ceux sans prescription provenant de pharmacies, supermarchés ou magasins d'aliments diététiques.

Avertissez votre professionnel de la santé si vous prenez :

- certains antibiotiques incluant :
 - Aminoglycosides
 - Quinolone
 - Tétracycline
- Biphosphates
- Inhibiteurs des canaux calciques
- Relaxants musculaires
- Diurétiques d'épargne potassique

Votre professionnel de la santé possède plus d'information concernant les médicaments à éviter lors de la prise de ¹²Mg Optima™ Relax.

4. Comment prendre ¹²Mg Optima™ Relax

4a) Combien en prendre

Suivre avec attention les instructions données par votre professionnel de la santé.

Prendre ¹²Mg Optima™ Relax exactement comme vous l'a prescrit votre professionnel de la santé.

4b) Combien ¹²Mg Optima™ Relax prendre ?

Ajoutez 5g (un cuillère) à 100-200 mL d'eau froide ou de jus, une (1) ou deux (2) fois par jour ou comme indiqué par votre professionnel de la santé.

Votre professionnel de la santé vous avisera sur la dose de ¹²Mg Optima™ Relax à respecter chaque jour. Ceci dépend des conditions du traitement et des autres médicaments que vous prenez.

4c) Comment prendre ¹²Mg Optima™ Relax ?

La poudre doit être mélangée à des liquides froids et consommée immédiatement.

4d) Quand prendre ¹²Mg Optima™ ?

Avant les repas, ou comme indique par votre médecin.

4e) Combien de temps prendre ¹²Mg Optima™ Relax

Prendre ¹²Mg Optima™ Relax aussi longtemps que prescrit par votre professionnel de la santé.

4f) Si vous avez oublié de prendre ¹²Mg Optima™ Relax

Ne pas prendre une dose supplémentaire en cas d'oubli.

Ceci peut augmenter les chances d'apparition d'effets indésirables.

Si le temps est presque venu de prendre votre prochaine dose, sautez la dose oubliée et prenez votre prochaine dose en suivant votre horaire et dosage régulier.

Si vous n'êtes pas sûr de la marche à suivre, vérifiez avec votre professionnel de la santé.

4g) Si vous avez pris trop de ¹²Mg Optima™ Relax (overdose)

Consultez votre professionnel de la santé aussi vite que possible. Avisez le sur la quantité de ¹²Mg Optima™ prise. Veuillez consulter votre professionnel de la santé si vous ne présentez des signes d'empoisonnement ou de malaise.

5. Pendant que vous prenez ¹²Mg Optima™ Relax

5a) Ce que vous DEVEZ faire:

Si vous débutez un nouveau traitement, vous devez informer votre professionnel de la santé que vous prenez ¹²Mg Optima™ Relax.

Toujours suivre attentivement les consignes d'un professionnel.

5b) Ce que vous NE DEVEZ PAS faire:

Ne pas chauffer ¹²Mg Optima™ Relax ou l'ajouter à de la nourriture chaude.

Ne pas exposer ¹²Mg Optima™ Relax à des températures extrêmes pendant des périodes prolongées.

6. Effets secondaires

Tout médicament peut présenter des effets secondaires. Certaines fois, ces derniers peuvent être sérieux, la plupart du temps, ils ne le sont pas.

Ne soyez pas alarmé par la liste d'effets indésirables possibles. Il est fort probable que vous ne soyez pas concerné.

Ne soyez pas alarmé par une liste d'effets indésirables possibles. Il est fort probable que vous ne soyez pas concerné.

Si vous présentez l'un des symptômes décrits avertissez votre professionnel de la santé :

- Maux d'estomac
- Nausée
- Diarrhée
- Vomissement

Ces symptômes sont généralement peu intenses et dépendent de la dose administrée. La plupart d'entre eux disparaissent après la diminution du dosage de ¹²Mg Optima™ Relax ou l'arrêt total de traitement.

Si les symptômes persistent, consultez votre médecin.

7. Après la prise de ¹²Mg Optima™ Relax

7a) Storage

Conservez ¹²Mg Optima™ Relax dans sa bouteille jusqu'à utilisation. Si vous conservez la poudre hors de la bouteille, la conservation peut être compromise.

Conservez toujours ¹²Mg Optima™ Relax dans sa bouteille originale. Conservez à moins de 25°C.

Ne pas conserver ¹²Mg Optima™ Relax, ou tout autre médicament, dans la salle de bain, toilettes ou proche d'un évier.

Ne pas le conserver dans une voiture ou à la fenêtre.

La chaleur et l'humidité peuvent détruire le produit.

Gardez hors de portée des enfants.

8. Product description

8a A quoi ressemble ¹²Mg Optima™ Relax ?

¹²Mg Optima™ Relax est une poudre blanc cassé contenue dans un bouteille cylindrique blanche qui contient 150g de poudre (30 doses).

8b) Ingrédients

Ingrédients actifs pour une dose de 5g (1 cuillère)

Magnésium en tant que chélate d'acide aminé150 mg
TRAACS® - (chélate de bisglycinate)
L-Glutamine.....500 mg
Extrait de feuilles séchées de the vert 500 mg
Equiv. Feuilles de the vert.....40 g
Equiv. Théanine.....minimum.... 100 mg

Pyridoxal 5-Phosphate (Vitamine B6)..15.6 mg
Equiv. Pyridoxine.....10 mg
Zinc (en tant que citrate).....5 mg

Excipients

Acide malique, Silice, parfum de citron-citron vert, du stevia, acide citrique et maltodextrine.

¹²Mg Optima™ Relax ne contient aucun colorants, parfums ou édulcorants artificiels.

¹²Mg Optima™ Relax convient aux végétariens.

¹²Mg Optima™ Relax ne contient ni gluten ni produits laitiers.

9. Traductions

To read this information in other languages go to www.medlab.co/translate

Para leer esta información en otros idiomas van a www.medlab.co/translate

Pour lire cette information dans d'autres langues allez à www.medlab.co/translate

لقرءاءة هذه المعلومات بلغات أخرى تذهب إلى www.medlab.co/translate

他の言語はwww.medlab.co/translateに行くには、この情報を読み取るには

Чтобы прочитать эту информацию в другие языки пойти www.medlab.co/translate

要閱讀這些信息在其他語言中去

www.medlab.co/translate

要閱讀這些信息在其他語言中去

www.medlab.co/translate

10. Manufacturer

¹²Mg Optima™ Relax est distribue en Australie by:
Une division de Medlab Clinical Limited™
66 McCauley Street
Alexandria NSW 2015
Toll free: 1300 369 570

Australian Listing Number
AUST L 262421
Ce feuillet a été rédigé en Novembre 2015
Dernières modifications en Novembre 2015

Medlab Clinical Limited™