

# VALÉRIANE

## ARKOGÉLULES

ENVELOPPE  
100%  
D'ORIGINE  
VÉGÉTALE



**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.

- 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, 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.

### **1 - IDENTIFICATION DU MEDICAMENT**

ARKOGELULES Valériane

#### **COMPOSITION**

Valériane (racine) : 350 mg/gélule de poudre totale titrée au minimum à 0,3 % d'huile essentielle et 0,17 % d'acides sesquiterpéniques exprimés en acide valérénique.  
Enveloppe de la gélule : hypromellose (dérivé de cellulose).

#### **FORME PHARMACEUTIQUE ET CONTENU**

Boîtes de 45 et de 150 gélules

#### **CLASSE PHARMACO-THERAPEUTIQUE**

MEDICAMENT DE PHYTOTHERAPIE à visée sédative

#### **EXPLOITANT**

**ARKOPHARMA**

LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES

BP 28 - 06511 CARROS Cedex

### **2 - DANS QUEL CAS UTILISER CE MEDICAMENT ?**

Traditionnellement utilisé pour réduire la nervosité des adultes et des enfants, notamment en cas de troubles du sommeil.

### **3 - ATTENTION !**

#### **PRECAUTIONS D'EMPLOI**

*EN CAS DE DOUTE, NE PAS HESITER A DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MEDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN.*

#### **INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES ET AUTRES INTERACTIONS**

*AFIN D'EVITER D'EVENTUELLES INTERACTIONS ENTRE PLUSIEURS MEDICAMENTS, IL FAUT SIGNALER SYSTEMATIQUEMENT TOUT AUTRE TRAITEMENT EN COURS A VOTRE MEDECIN OU A VOTRE PHARMACIEN.*

#### **GROSSESSE-ALLAITEMENT**

*D'UNE FAÇON GENERALE, IL CONVIENT AU COURS DE LA GROSSESSE ET DE L'ALLAITEMENT DE TOUJOURS DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MEDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN AVANT D'UTILISER UN MEDICAMENT.*

### **4 - COMMENT UTILISER CE MEDICAMENT ?**

#### **POSOLOGIE**

Réservé à l'adulte et à l'enfant de plus de 12 ans.

Adulte : 2 gélules le soir, au moment du repas et 2 au coucher.

Sur les conseils de votre pharmacien, la posologie peut être portée à 5 gélules par jour.

Enfant : 1 gélule le soir au moment du repas et 1 au coucher.

#### **MODE ET VOIE D'ADMINISTRATION**

Voie orale. Avaler la gélule avec un grand verre d'eau.

### **5 - EFFETS NON SOUHAITES ET GENANTS**

*SIGNEZ A VOTRE MEDECIN OU A VOTRE PHARMACIEN TOUT EFFET NON SOUHAITE OU GENANT QUI NE SERAIT PAS MENTIONNE DANS CETTE NOTICE.*

### **6 - CONSERVATION**

**NE PAS DEPASSER LA DATE LIMITE D'UTILISATION FIGURANT SUR LE CONDITIONNEMENT EXTERIEUR.**

#### **PRECAUTIONS PARTICULIERES DE CONSERVATION**

Conserver à l'abri de l'humidité et à une température inférieure à 25°C.

### **7 - DATE DE REVISION DE LA NOTICE** Janvier 2004.