NOTICE

ANSM - Mis à jour le : 07/12/2022

Dénomination du médicament

RECOSTIM, granules

Encadré

Veuillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous.
Vous devez toujours prendre ce médicament en suivant scrupuleusement les informations fournies dans cette notice ou par votre médecin ou votre pharmacien.

- Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.
- Adressez-vous à votre pharmacien pour tout conseil ou information.
- Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Voir rubrique 4.
- Vous devez vous adresser à votre médecin si vous ne ressentez aucune amélioration, si vous vous sentez moins bien après 5 jours ou si la fatigue reste intense après l'effort.

Que contient cette notice ?

1. Qu'est-ce que RECOSTIM, granules et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre RECOSTIM, granules ?
3. Comment prendre RECOSTIM, granules ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver RECOSTIM, granules ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations.

1. QU'EST-CE QUE RECOSTIM, granules ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?

Médicament homéopathique traditionnellement utilisé chez l'adulte et l'enfant à partir de 6 ans en cas de crampes, courbatures, fatigue musculaire, lors d'efforts sportifs ou de surmenage physique afin de favoriser la récupération.

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE RECOSTIM, granules ?

Ne prenez jamais RECOSTIM, granules :

- Si vous êtes allergique aux substances actives ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.
- Enfants de moins de 6 ans

Avertissements et précautions
Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant de prendre RECOSTIM, granules.
Enfants et adolescents
Sans objet.
Autres médicaments et RECOSTIM, granules
Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament.

RECOSTIM, granules avec des aliments et boissons

Sans objet.

Grossesse, allaitement et fertilité

En l'absence de données expérimentales et cliniques, et par mesure de précaution, l'utilisation de ce médicament est à éviter pendant la grossesse et l'allaitement.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

Sans objet.

RECOSTIM, granules contient du saccharose

Si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

3. COMMENT PRENDRE RECOSTIM, granules ?

Veillez à toujours prendre ce médicament en suivant exactement les instructions de cette notice ou les indications de votre médecin ou pharmacien. Vérifiez auprès de votre médecin ou pharmacien en cas de doute.

Posologie

- Avant l'effort : 10 à 15 granules la veille, le matin et juste avant l'effort.
- Pendant l'effort : 10 à 15 granules dès que la sensation de crampes ou de fatigue musculaire se fait sentir.
- Après l'effort : 10 à 15 granules toutes les heures pendant 3 heures si l'effort a été intense puis 5 fois par jour pendant 3 à 5 jours jusqu'à disparition des symptômes.

Mode d'administration

Voie orale.

Laisser fondre les granules sous la langue ou dans un peu d'eau.

Durée du traitement

La durée du traitement est de 5 jours maximum.

Utilisation chez les enfants

Sans objet.

Si vous avez pris plus de RECOSTIM, granules que vous n'auriez dû

Sans objet.

Si vous oubliez de prendre RECOSTIM, granules

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

Si vous arrêtez de prendre RECOSTIM, granules

Sans objet.

Si vous avez d'autres questions sur l'utilisation de ce médicament, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

4. QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS ?

Comme tous les médicaments, ce médicament peut provoquer des effets indésirables, mais ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Vous pouvez également déclarer les effets indésirables directement via le système national de déclaration : Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) et réseau des Centres Régionaux de Pharmacovigilance - Site internet: www.signalement-sante.gouv.fr

En signalant les effets indésirables, vous contribuez à fournir davantage d'informations sur la sécurité du médicament.

5. COMMENT CONSERVER RECOSTIM, granules ?

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

N’utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur l’emballage et le flacon. La date de péremption fait référence au dernier jour de ce mois.

Ce médicament ne nécessite pas de précautions particulières de conservation.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l’égout ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien d’éliminer les médicaments que vous n’utilisez plus. Ces mesures contribueront à protéger l’environnement.

6. CONTENU DE L’EMBALLAGE ET AUTRES INFORMATIONS

Ce que contient RECOSTIM, granules

- Les substances actives sont :

Arnica montana 6DH..... 0,02 g
Cuprum metallicum 8DH..... 0,02 g
Rhus toxicodendron 8DH..... 0,02 g
Silicea naturale (Quartz) 6DH..... 0,02 g
Magnesia phosphorica 15DH..... 0,02 g

Pour 10 g de granules

- L’excipient est : saccharose.

Qu’est-ce que RECOSTIM, granules et contenu de l’emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de granules en flacon multidoses de 10 g.

Titulaire de l’autorisation de mise sur le marché

LABORATOIRE WELEDA SA
9 RUE EUGENE JUNG
68330 HUNINGUE

Exploitant de l’autorisation de mise sur le marché

LABORATOIRE WELEDA SA
9 RUE EUGENE JUNG
68330 HUNINGUE

Fabricant

LABORATOIRE WELEDA SA
9 RUE EUGENE JUNG
68330 HUNINGUE

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

Ce médicament est autorisé dans les Etats membres de l'Espace Economique Européen sous les noms suivants : Conformément à la réglementation en vigueur.
Sans objet.

La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est :

[à compléter ultérieurement par le titulaire]
{MM/AAAA}

Autres

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