NOTICE

ANSM - Mis à jour le : 10/12/2025

Dénomination du médicament

MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé
Lactate de magnésium dihydraté/Chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6)

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, votre pharmacien ou votre infirmier/ère.

- 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, votre pharmacien ou votre infirmier/ère. 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 et si les symptômes persistent au-delà de 1 mois de traitement ou si vous vous sentez moins bien.

Que contient cette notice ?

1. Qu'est-ce que MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?
3. Comment prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations.

1. QU'EST-CE QUE MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?

Classe pharmacothérapeutique : suppléments minéraux - code ATC : A12.
Ce médicament contient du magnésium. Il est indiqué chez l'adulte et chez l'enfant de plus de 12 ans (soit environ 30 kg).
L'association d'un certain nombre des symptômes suivants peut évoquer un déficit en magnésium :

- nervosité, irritabilité, anxiété légère, fatigue passagère, troubles mineurs du sommeil ;
- manifestations d'anxiété, telles que spasmes digestifs ou palpitations (cœur sain) ;
- crampes musculaires, fourmillements.

L'apport du magnésium peut améliorer ces symptômes.

En l'absence d'amélioration de ces symptômes au bout d'un mois de traitement, il n'est pas utile de le poursuivre.

2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?

Ne prenez jamais MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé :

- si vous êtes allergique au magnésium, à la vitamine B6 (pyridoxine) ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6 ;
- si vous présentez une insuffisance rénale sévère (défaillance des fonctions du rein) ;
- si vous utilisez de la lévodopa seule.

Avertissements et précautions

Adressez-vous à votre médecin, pharmacien ou votre infirmier/ère avant de prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé.

Mises en garde spéciales

Une utilisation prolongée de vitamine B6 (ou pyridoxine) et/ou une consommation à fortes doses de pyridoxine (ou vitamine B6) pendant une longue période (plusieurs mois voire années) peut provoquer en particulier une atteinte des nerfs (neuropathie axonale sensorielle) progressivement réversible à l'arrêt du traitement (voir rubrique 3 « Comment prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ? »).

Précautions d'emploi

Le dosage n'est pas adapté pour les enfants de moins de 30 kg (environ 12 ans).

Chez l'enfant de moins de 12 ans, un diagnostic médical est recommandé.

En cas d'insuffisance rénale modérée, des précautions sont à prendre, afin d'éviter le risque relatif à une augmentation du magnésium dans le sang.

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

Autres médicaments et MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé

Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament, notamment des sels de phosphate ou de calcium.

Certains antibiotiques tels que les quinolones (par exemple, ciprofloxacine et lévofloxacine) doivent être pris au moins deux heures avant ou 6 heures après la prise de MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé.

MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé avec des aliments et boissons

Sans objet.

Grossesse, allaitement et fertilité

Si vous êtes enceinte ou que vous allaitez, si vous pensez être enceinte ou planifiez une grossesse, demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien avant de prendre ce médicament.

Grossesse

L'utilisation de ce médicament peut être envisagée au cours de la grossesse si besoin, quel qu'en soit le terme.

Si vous découvrez que vous êtes enceinte pendant le traitement, consultez votre médecin car lui seul peut juger de la nécessité de le poursuivre.

Allaitement

Il est recommandé de ne pas dépasser la dose de 20 mg/jour de vitamine B6 chez les femmes allaitantes.

Conduite de véhicules et utilisation de machines

MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé n'a aucun effet ou un effet négligeable sur l'aptitude à conduire des véhicules et à utiliser des machines.

MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé 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 MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?

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

RESERVE A L'ADULTE ET A L'ENFANT DE PLUS DE 12 ANS.

Posologie

Chez l'adulte : 6 à 8 comprimés par jour à répartir en 2 ou 3 prises pendant les repas.

Chez l'enfant de plus de 12 ans (environ 30 kg) : 4 à 6 comprimés par jour à répartir en 2 ou 3 prises pendant les repas.

Si vous avez l'impression que l'effet de MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé est trop fort ou trop faible, consultez votre médecin ou votre pharmacien.

Mode d'administration

Voie orale.

Les comprimés sont à avaler tels quels avec un grand verre d'eau.

Fréquence d'administration

La dose journalière est à répartir de préférence en plusieurs prises avant ou au cours du repas.

Durée du traitement

Ne prolongez pas le traitement au-delà de 1 mois sans avis médical : en l'absence d'amélioration comme en cas de persistance des symptômes, prenez un avis médical.

Si vous avez pris plus de MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé que vous n'auriez dû

Lié au magnésium

Le surdosage de magnésium par voie orale n'entraîne pas, en général, de réactions toxiques en cas de fonctionnement normal du rein. L'intoxication au magnésium peut, toutefois, se développer en cas d'insuffisance rénale.

Lié à la vitamine B6 (ou pyridoxine)

Une utilisation prolongée de vitamine B6 et/ou une consommation à fortes doses de vitamine B6 pendant une longue période (plusieurs mois voire années) peut provoquer en particulier une atteinte des nerfs (neuropathie axonale sensorielle). Les effets observés sont des sensations de picotements/fourmillements, une sensibilité cutanée excessive, une diminution de la sensibilité cutanée, une perte de sensation, des douleurs au niveau des extrémités, des contractions musculaires involontaires, une sensation de brûlure, des troubles de l'équilibre, des troubles de la démarche, des tremblements des mains et des pieds, et des difficultés dans la coordination des mouvements. Ces effets sont progressivement réversibles à l'arrêt du traitement.

Si vous oubliez de prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé

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

Si vous arrêtez de prendre MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé

Sans objet.

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

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.

Fréquence indéterminée (ne peut être estimée sur la base des données disponibles) :

- réactions allergiques ;

- réactions cutanées comprenant notamment urticaire, démangeaisons, eczéma, rougeur de la peau.

Lié au magnésium

- diarrhées, douleurs abdominales.

Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin, votre pharmacien ou à votre infirmier/ère. 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 : https://signalement.social-sante.gouv.fr/

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

5. COMMENT CONSERVER MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé ?

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 la boîte. La date de péremption fait référence au dernier jour de ce mois.

A conserver à une température ne dépassant pas 30°C.

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 MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé

- Les substances actives sont :

lactate de magnésium dihydraté..... 470 mg
(soit magnésium élément..... 48 mg)
chlorhydrate de pyridoxine (vitamine B6)..... 5 mg
pour un comprimé pelliculé.

- Les autres composants sont :

Noyau : talc, carbomères, gomme arabique, saccharose, kaolin lourd, stéarate de magnésium.
Pelliculage : Sepifilm blanc LP 770*.
*Hydroxypropylméthylcellulose, cellulose microcristalline, acide stéarique, dioxyde de titane (E171).

Qu'est-ce que MAGNESIUM/VITAMINE B6 VIATRIS CONSEIL 48 mg/5 mg, comprimé pelliculé et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de comprimé pelliculé.

Boîte de 50, 100, 150 ou 180 comprimés.

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

VIATRIS SANTE
1 RUE DE TURIN
69007 LYON

Exploitant de l'autorisation de mise sur le marché

VIATRIS SANTE
1 RUE DE TURIN
69007 LYON

Fabricant

EUROPHARTECH
1 RUE HENRI MATISSE
BP 23
63370 LEMPDES
ou
VIATRIS SANTE
360 AVENUE HENRI SCHNEIDER
69330 MEYZIEU
ou
VIATRIS SANTE
1 RUE DE TURIN
69007 LYON
ou
LABORATOIRES BTT
ZI DE KRAFFT
67150 ERSTEIN

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

Sans objet.

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

[à compléter ultérieurement par le titulaire]

Autres

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

CONSEILS D'EDUCATION SANITAIRE

Conseils d'éducation sanitaire recommandés dans le cas d'une association de symptômes pouvant évoquer un déficit en magnésium :

- un régime alimentaire équilibré, riche en légumes verts, viande, cacao, lait, légumes secs ;
- une consommation modérée d'alcool, de café ou de thé, arrêt du tabagisme, limitation des expositions au stress ;
- une activité physique régulière ;
- un temps de sommeil suffisant, en respectant le rythme journalier.

Signes d'alerte nécessitant une consultation médicale

N'essayez pas de vous prendre en charge vous-même si :

- vos symptômes s'accompagnent d'autres signes généraux (perte de l'appétit, amaigrissement, fièvre) ;
- vos symptômes persistent au-delà d'un mois, ou s'ils s'aggravent ;
- vos symptômes s'accompagnent d'autres troubles notamment : tristesse profonde, ressentie comme douleur morale, perte de plaisir ou de l'intérêt pour toutes activités.

Ces signes peuvent être les symptômes d'une maladie plus grave, un avis médical s'impose.