

Notice : information du patient

Fortaline® Plus Solution buvable **Sirup d'huile de poisson Oméga-3**

Veillez lire attentivement cette notice avant d'utiliser ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous. Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.

- **Si vous avez d'autres questions, interrogez votre médecin ou votre pharmacien.**
- **Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien.**

1. Qu'est-ce que Fortaline® Plus Solution buvable et dans quels cas est-il utilisé ?

Une cuillère à café (5 ml) de Fortaline® Plus Solution buvable contient 4,5 g d'huile de poisson (1,5g d'oméga-3 (DHA/EPA 18/11), saveur de citron, mélange d'antioxydants sur base de palmitate d'ascorbyl (source de vit. C), extraits riches de tocophérol (vit. E) et extraits de romarin (ATC code : C10AX06).

Fortaline® Plus Solution buvable est utilisé pour :

Les acides gras oméga-3 présentent des effets bénéfiques pour tout le monde et une prise journalière est recommandée afin d'améliorer la santé et le développement. L'acide docosahexaénoïque (DHA) et l'acide eicosapentaénoïque (EPA) sont des acides gras essentiels qui ne peuvent être synthétisés par l'organisme humain en quantités suffisantes. L'EPA et le DHA sont importants pour assurer un développement optimal.

Quelques-uns des effets bénéfiques des acides gras oméga-3 sont repris ci-dessous:

- augmentation du poids à la naissance (due à une meilleure qualité des cellules),
- diminution du risque de naissance prématurée,
- amélioration du développement cérébral,
- amélioration du développement visuel,
- protection de la peau contre le vieillissement,
- soutien du système immunitaire,
- soutien du cœur et de la pression sanguine,
- amélioration de votre métabolisme, meilleure souplesse des articulations,
- amélioration du sentiment de bien-être et de la conception mentale positive,
- diminution du stress.

Bien que utile pour tout le monde, la composition de Fortaline® Plus Solution buvable et spécialement adaptée aux besoins des femmes enceintes et des enfants de l'âge préscolaire.

2. Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser Fortaline® Plus Solution buvable ?

- N'utilisez Fortaline® Plus Solution buvable si vous êtes allergique aux composants de Fortaline® Plus Solution buvable.
- Etant donné que les huiles de poisson sont dérivées d'organismes marins, des réactions allergiques sont possibles. Il convient d'arrêter d'utiliser le produit en cas réaction allergique. Vous devez immédiatement consulter votre médecin.
- Si vous devez subir une intervention chirurgicale, informez votre médecin que vous prenez de l'huile de poisson avant de programmer la chirurgie.
- Les seules interactions possibles avec les acides gras oméga-3 sont les interactions avec les anticoagulants et l'aspirine, pouvant en théorie accentuer la diminution de la viscosité sanguine.
- Fortaline® Plus Solution buvable est bénéfique pour les femmes enceintes et allaitantes et il constitue également un excellent choix pour les femmes qui essaient activement de concevoir un enfant. Des études scientifiques démontrent que l'alimentation des femmes enceintes ne contient pas suffisamment d'acides gras oméga-3.

3. Comment utiliser Fortaline® Plus Solution buvable?

- Une prise quotidienne de 5 ml (une cuillère à café) est fortement recommandée pour les enfants. Les adultes peuvent prendre jusqu'à 10 ml.
- Il est conseillé de prendre ce produit simultanément avec de la nourriture ou avec le repas afin de limiter les lourdeurs d'estomac.

4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?

Les effets secondaires suivants doivent être rapportés le plus rapidement possible à votre médecin ou à un professionnel des soins de santé:

- sautes d'humeur, apparition d'hématomes au moindre coup, éruption cutanée ou réaction cutanée inhabituelle.

Les effets secondaires suivants ne nécessitent pas l'attention immédiate d'un médecin (rapportez-les à votre médecin ou à un professionnel des soins de santé s'ils persistent ou s'ils deviennent gênants):

- mauvaise haleine (haleine de poisson), éructations, diarrhée, brûlures d'estomac.

5. Comment conserver Fortaline® Plus Solution buvable?

- A conserver à une température ne dépassant pas 30°C dans l'emballage d'origine, à l'abri d'air, de la chaleur et la lumière. Tenir hors de la portée et de la vue des enfants.
- Ne pas surgeler. Bien fermer la bouteille. Ne pas conserver le produit au-delà de la date d'expiration mentionnée sur l'emballage.

6. Contenu de l'emballage :

- Fortaline® Plus Solution buvable se présente en bouteille de ver contenant 100 ml de sirop d'huile de poisson oméga-3.

7. Nom du fabricant : Marine Ingredients AS, Strandgata 60, 6270 Brattvag, La Norvège

8. Titulaire de l'Autorisation de mise sur le marché: Dafra Pharma GmbH, Mühlenberg 7, 4052 Bâle, Suisse.

9. La dernière date à laquelle cette notice a été révisée: novembre 2015.