

# ABUFENE 400 mg, comprimé

## Bêta-alanine

Veuillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous.  
Gardez cette notice. Vous pourriez avoir besoin de la relire.  
Adressez-vous à votre pharmacien pour tout conseil ou information.  
Si vous ressentez l'un des effets indésirables, parlez-en à votre pharmacien ou à votre médecin. 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 ou si vous vous sentez moins bien après quelques jours de traitement.

### Que contient cette notice :

1. Qu'est-ce que ABUFENE 400 mg, comprimé et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant de prendre ABUFENE 400 mg, comprimé ?
3. Comment prendre ABUFENE 400 mg, comprimé ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver ABUFENE 400 mg, comprimé ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations

### 1. QU'EST-CE QUE ABUFENE 400 MG, COMPRIMÉ ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISÉ ?

La bêta-alanine est un acide aminé inhibiteur non hormonal des bouffées de chaleur de la ménopause.  
Ce médicament est utilisé dans les bouffées de chaleur de la ménopause.

### 2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT DE PRENDRE ABUFENE 400 MG, COMPRIMÉ ?

Ne prenez jamais ABUFENE 400 mg, comprimé :

- si vous êtes allergique (hypersensible) à la substance active ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.
- en cas d'intolérance ou d'allergie au gluten en raison de la présence d'amidon de blé (gluten).

Mises en garde et précautions d'emploi

Faites attention avec ABUFENE 400 mg, comprimé :

- Mises en garde spéciales

La persistance des symptômes, l'aggravation ou l'apparition de nouveaux troubles, imposent de prendre un avis médical.

En cas de survenue d'effets secondaires cutanés (éruption, prurit), le traitement doit être arrêté.

Le traitement par ce médicament ne dispense pas d'un traitement spécifique éventuel.

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

Autres médicaments et ABUFENE 400 mg, comprimé

Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament.

ABUFENE 400 mg, comprimé avec des aliments, boissons et de l'alcool

Grossesse et allaitement

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

Conduite de véhicules et utilisation de machines

ABUFENE 400 mg, comprimé contient de l'amidon de blé (gluten).

### 3. COMMENT PRENDRE ABUFENE 400 MG, COMPRIMÉ ?

La posologie recommandée est de 1 à 2 comprimés par jour. Cette posologie peut être portée à 3 comprimés par jour si nécessaire.

### Mode d'administration

Voie orale.

### Durée du traitement

Il est conseillé de prendre le médicament pendant des périodes de 5 à 10 jours jusqu'à l'arrêt des bouffées de chaleur. En cas de réapparition des bouffées de chaleur, une nouvelle cure médicamenteuse pendant une même durée peut être envisagée. Une dépendance à ce médicament n'est pas attendue.

En cas de persistance ou d'aggravation des bouffées de chaleur, consultez votre médecin

Si vous oubliez de prendre un comprimé, ne prenez pas de dose double pour compenser le comprimé que vous avez oublié de prendre

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.

- Fourmillements passager le plus souvent au niveau des extrémités des membres supérieurs ou inférieurs.
- Exceptionnelles éruptions au niveau de la peau ou démangeaisons.

### Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou à 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.ansm.sante.fr](http://www.ansm.sante.fr)

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

### 5. COMMENT CONSERVER ABUFENE 400 MG, COMPRIMÉ ?

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.

Pas de précautions particulières de conservation.

Ne jetez aucun médicament au tout-à-l'égout ni 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. INFORMATIONS SUPPLEMENTAIRES

Ce que contient ABUFENE 400 mg, comprimé

- La substance active est Bêta-alanine
- Les autres composants sont : Stéarate de magnésium, palmitostéarate de glycérol (précirol), silice hydratée (Levilité), amidon de blé.

Aspect d'ABUFENE 400 mg, comprimé et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de comprimés. Boîte de 12, 30 ou 60 comprimés.

Toutes les présentations peuvent ne pas être commercialisées.

### Titulaire

BOUCHARA-RECORDATI  
IMMEUBLE LE WILSON  
70, AVENUE DU GENERAL DE GAULLE  
92800 PUTEAUX

**Exploitant**

LABORATOIRES BOUCHARA RECORDATI  
IMMEUBLE LE WILSON  
70, AVENUE DU GENERAL DE GAULLE  
92800 PUTEAUX

**Fabricant**

EUROPEENNE DE PHARMACOTECHNIE-EUROPHARTEC  
1, RUE HENRI MATISSE  
63370 LEMPDES  
ou  
LABORATOIRES BOUCHARA RECORDATI  
PARC MECATRONIC  
03410 SAINT VICTOR

La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est < {MM/AAAA}>< {mois AAAA}>.

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

Conseil d'éducation sanitaire :

La ménopause :

Chez la femme, la ménopause est une période marquée par la diminution de la production d'hormones sexuelles (estrogènes) par les ovaires. Les saignements mensuels (règles) deviennent irréguliers, puis diminuent progressivement jusqu'à l'aménorrhée (absence de règle). Une femme est considérée ménopausée au bout d'une année d'absence de règles. Pour la majorité des femmes, la [ménopause](#) est observée vers l'âge de 50 ans. Dans certains cas, elle peut survenir de façon naturelle entre 40 et 55 ans.

Chez la majorité des femmes, la ménopause s'accompagne de multiples troubles dits « climatériques » comme les bouffées de chaleur ou la sécheresse vaginale. Ces troubles sont liés à la baisse de production d'estrogène et peuvent avoir une intensité variable en fonction des femmes. Les bouffées de chaleur sont d'une durée de 30 secondes à deux minutes et peuvent survenir au début de la ménopause. Elles peuvent être spontanées ou déclenchées par des facteurs externes. La nuit, elles peuvent s'accompagner d'une forte transpiration (sueurs nocturnes) et perturber le sommeil. Les bouffées de chaleur durent en général quelques mois au début de la ménopause puis s'atténuent mais cela varie d'une femme à une autre.

**Les traitements de la ménopause :**

Chez les femmes ménopausées présentant des troubles climatériques suffisamment gênants pour altérer la qualité de vie, un traitement hormonal substitutif peut être instauré si la patiente le souhaite. La dose minimale efficace et la durée la plus courte possible sont préconisées, dans le respect des précautions d'emploi et des contre-indications.

Il existe des traitements non hormonaux qui visent à soulager certains symptômes de la ménopause. Les avantages et les inconvénients de chaque médicament doivent être pris en compte avant d'instaurer un traitement.