

SOINS ET PROTHÈSES DENTAIRES

Le praticien est prié de présenter la dent traitée, l'acte pratiqué et indiquer la nature des soins.
Veuillez fournir une facture

Veuillez joindre les radiographies en cas de prothèses ou de traitement canaux, ainsi que le bilan de l'ODF.

SOINS DENTAIRES	Dents Traitées	Nature des soins	Coefficient	Coefficient des										
				Montant des soins										
				Début d'exécution										
				Fin d'exécution										
O.D.F. Prothèses dentaires	Détermination du coefficient masticatoire		Coefficient des travaux											
	<table border="1"> <tr> <td colspan="2">H</td> </tr> <tr> <td>25533412</td> <td>21433552</td> </tr> <tr> <td>00000000</td> <td>00000000</td> </tr> <tr> <td>00000000</td> <td>00000000</td> </tr> <tr> <td>35533411</td> <td>11433553</td> </tr> </table>		H		25533412	21433552	00000000	00000000	00000000	00000000	35533411	11433553	Montant des soins	
	H													
	25533412	21433552												
00000000	00000000													
00000000	00000000													
35533411	11433553													
(Création, Remont, adjonction) Fonctionnel, thérapeutique, nécessaire à la profession		Date du devis												
		Fin de												
Visa et cachet du praticien attestant le devis		Visa et cachet du praticien attestant l'exécution												



W18-359129

DATE DE DEPOT

...../...../201...

A REMPLIR PAR L'ADHERENT		Mle 1527	Signature de l'adhérent
Nom & Prénom		CHAKIB MUSTAPHA	
Fonction		RETIRE	
Mail			
MEDECIN		Prénom du patient CHAKIB Zineb	
Adhérent	Conjoint	Enfant	X
Age		Date 15/08/19	
Nature de la maladie		Date 1ère visite	
cuse hémorridaire + infection			
S'agit-il d'un accident : Causes et circonstances			
Nature des actes		Nbre de Coefficient	Montant détaillé des honoraires
150 D+L		226.10	
PHARMACIE		Date 15/08/19	
Montant de la facture		226.10	
ANALYSES - RADIOGRAPHIES		Date :	
Désignation des Coefficients	Montant détaillé des Honoraires		
AUXILIAIRES MEDICAUX		Date :	
Nombre		Montant détaillé des Honoraires	
AM	PC	IM	IV

DR. JKINI Hafida
Médecin généraliste
Hay Al Qods, Bd. Nabouls N°51
Sidi Bernoussi - Casablanca
Tél : 05 22 74 05 93

MUPRAS
03 SEP 2019
ACCUEIL

Docteur JKINI Hafida
Médecine Générale
Echographie Clinique



الدكتورة اجيني حفيظة
الطب العام
الفحص بالصدى

Dr. JKINI Hafida
Médecin généraliste
Hay Al Qods, Bd. Nabouls N° 51
Sidi Bernoussi - Casablanca
Tél.: 05 22 74 05 93

Ordonnance

Casablanca, le 15/8/19.

CHARIB.
Zineb.

1600

①

titano...
1 all x 3h 10

1012

②

HEC...
1 all x 3h 10

1730

Mouilial-Suppo...
1 suppo 1 (18)

6000

Dr. JKINI Hafida
Médecin généraliste
Hay Al Qods, Bd. Nabouls N° 51
Sidi Bernoussi - Casablanca
Tél.: 05 22 74 05 93

Mosaflox 250
1 cp x 25 (5)

122,70

Dagfin. 500

14p x 34.10,

2 226.10

Dr. JKINI Hafida
Médecin généraliste
Hay Al Qods, Bd. Nabouls N° 51
Sidi Bernoussi - Casablanca
Tel. : 05 22 74 05 93

PHARMACIE LISSANE EDDINE
Dr Aziza LISSANE EDDINE
69 Bis, Groupe Al Balida Hay Al Qods
Sidi Bernoussi - Casablanca
Tél / Fax : 05 22 74 05 93

Megaflox®

Ciprofloxacin

COMPOSITIONS

Mégaflox 250 mg

• Ciprofloxacin (DCI) chlorhydrate monohydraté 250 mg

Excipients q.s

Mégaflox 500 mg

• Ciprofloxacin (DCI) chlorhydrate monohydraté 500 mg

Excipients q.s

par étui
2,5 g

par étui
5,0 g

FORME ET PRESENTATION

Comprimés pelliculés : étui de 10 comprimés pelliculés.

CLASSE PHARMACO-THERAPEUTIQUE

Antibiotique de la famille des fluoroquinolones.

NOM ET ADRESSE DE L'EXPLOITANT

Laboratoires AFRIC-PHAR

Route Régionale Casablanca / Mohammedia n° 322, Km 12.400 - Ain Harrouda 28630 Casablanca - Maroc

INDICATIONS THERAPEUTIQUES

MEGAFLOX® est indiqué dans le traitement des infections provoquées par des micro-organismes sensibles à la Ciprofloxacin.

En ambulatoire

- Traitement de l'urétrite gonococcique chez l'homme.
- Infections urinaires basses et hautes compliquées.
- Infections intestinales.
- Traitement de relais des infections ostéo-artérielles.
- Suppurations bronchiques, notamment qu'oncologiques :
- chez le sujet à risque (éthylisme et tabagisme).
- chez le bronchite chronique longévité.
- chez le patient atteint de mucoviscidose.
- Traitement des infections ORL : sinusite aiguë, otite moyenne aiguë, otite chronique, otite avec cholestéatome, traitement de relais d'évidement, préparations préopératoires des otites malignes externes.

En secteur hospitalier

Dans les infections sévères à bacilles Gram- et à staphylocoques sensibles dans les manifestations :

- Respiratoires,
- ORL,
- Rénales et urogénitales, y compris prostatiques, pelviennes et gynécologiques,
- Osseuses et articulaires,
- Intestinales et hépatobiliaires,
- Cutanées.

CONTRE - INDICATIONS

Ce médicament ne doit pas être utilisé dans les cas suivants :

- Hypersensibilité à la Ciprofloxacin ou à un produit de la famille des quinolones.
- Antécédents de tendinopathie avec une fluoroquinolone.
- Chez l'enfant jusqu'à la fin de la période de croissance.
- Chez la femme enceinte ou allaitante.

En cas de doute, il est indispensable de demander l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

MISES EN GARDE

- Eviter l'exposition au soleil et aux rayonnements ultraviolets pendant le traitement en raison du risque de photosensibilisation.
- Les tendinites, rarement observées, peuvent parfois conduire à une rupture touchant plus particulièrement le tendon d'Achille, pour laquelle la corticothérapie au long cours semble être un facteur favorisant. L'apparition de signes de tendinite demande donc un arrêt du traitement.
- Risque de cristallurie en présence d'urine à pH neutre ou alcalin.
- Une émergence de résistance ou une sélection de souches résistantes est possible en particulier lors de traitements au long cours et/ou d'infections nosocomiales, notamment parmi les staphylocoques et les pseudomonas.
- L'activité de la Ciprofloxacin sur Mycobacterium tuberculosis pourrait entraîner la négativation des examens bactériologiques.

MORIDIL®

FORMES ET PRESENTATIONS :

- Suppositoires : Boîte de 12 suppositoires.
- Crème : Tube de 20 g.

COMPOSITION :

	Par suppositoire	Par boîte
- Carraghénates	0,3 g	3,6 g
- Dioxyde de titane	0,2 g	2,4 g
- Oxyde de zinc	0,4 g	4,8 g
- Talc	0,2 g	2,4 g
- Excipients q.s.p	1 suppositoire	12 suppositoires.
• Crème :	Par tube	Par 100 g
- Carraghénates	0,5 g	2,5 g
- Dioxyde de titane	0,4 g	2,0 g
- Oxyde de zinc	0,4 g	2,0 g
- Lidocaïne	0,4 g	2,0 g
- Excipients q.s.p	20 g	100 g
- Excipients à effet notoire : Acide sorbique		de méthyle.

PROPRIETES :

- Crème : Anesthésique local - Topique en proctologie.
- Suppositoire : protecteur et cicatrisant (système cardiovasculaire).

MORIDIL® est un mucoprotecteur et lubrifiant de la muqueuse anorectale. Il protège la muqueuse anorectale des agressions mécaniques ou chimiques.

INDICATIONS :

Traitement symptomatique des douleurs, prurits et sensations congestives au cours des poussées hémorroïdaires et autres affections anales.

CONTRE-INDICATIONS :

- Manifestations ou antécédents allergiques à l'un des composants de MORIDIL®, notamment à la lidocaïne contenue dans la crème.

EFFETS INDESIRABLES :

Crème : réactions au site de l'application : brûlures, érythème, irritation, douleur ...

POSOLOGIE ET MODE D'EMPLOI :

- Suppositoires : 1 à 2 suppositoires par jour.
- Crème : 1 à 4 applications par jour. La durée de traitement ne doit pas excéder 7 jours.

MISES EN GARDE/PRECAUTIONS D'EMPLOI :

L'administration de MORIDIL® ne dispense pas du traitement spécifique de la maladie anale. Le traitement doit être de courte durée.

Si les symptômes ne disparaissent pas rapidement, le traitement doit être interrompu et un examen proctologique est indispensable.

La crème : contient du parahydroxybenzoate de méthyle et peut provoquer des réactions allergiques (éventuellement retardées).

En cas de doute, demander l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

MORIDIL® est un médicament : ne pas laisser à la portée des enfants.

INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES :

Il n'existe aucune interaction médicamenteuse significative à ce jour.

GROSSESSE/ALLAITEMENT :

MORIDIL® est à utiliser avec prudence chez la femme enceinte ou qui allaite, faute de données cliniques exploitables.

SURDOSAGE :

Exceptionnellement des cas d'ulcérations anales ont été rapportés avec une durée de traitement prolongée de la crème.

Dans ce cas une surveillance en milieu spécialisé devra être maintenue durant plusieurs heures en raison de l'absorption retardée. Des traitements symptomatiques doivent être instaurés.

CONSERVATION :

A conserver à une température ne dépassant pas 25° C.

N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur l'emballage.

MORIDIL® Suppositoires Bte/12 - AMM N° : 173 DMP/21/EXP.

MORIDIL® Crème Tube de 20 g - AMM N° : 1072 DMP/21/AO.

Révision : Janvier 2018.



LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES GALENICA
Casablanca - Maroc

AJDIR 01/18
NMZAZVFA01

HEC

Pommade pour application cutanée et nasale

FORME ET PRESENTATION :

Pommade – tube de 25 g.

COMPOSITION :

	Pour 100 g
Tanin officinal.....	12.50 g
Hamamélis, extrait fluide.....	0.75 g
Phénazone (DCI) ou antipyrine.....	
Excipients :qsp.....	
Excipients à effet notoire : Lanoline	

P.P.V. : 10,10 DH Tube de 25

لا يترك في متناول الأطفال

PROPRIETES :

Protecteur cutané (D : dermatologie).
Préparation nasale (R : système respiratoire).

INDICATIONS :

- Dermatologie : traitement local d'appoint des brûlures superficielles de faible étendue.
- Rhinologie : traitement local d'appoint au cours des épistaxis (saignements du nez).

CONTRE-INDICATIONS :

HEC pommade ne doit pas être utilisée dans les cas suivants :

- Hypersensibilité à l'un des constituants de la pommade, notamment aux pyrazolés, au baume du Pérou, à la graisse de laine (ou lanoline).
- Lésions suintantes ou infectées.

En cas de doute. Demander l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

POSOLOGIE ET MODE D'EMPLOI :

Posologie :

- Dermatologie : 1 ou 2 applications par jour.
- Rhinologie : en imprégnation de mèches nasales.

MISES EN GARDE ET PRECAUTIONS D'EMPLOI :

- Antisepsie préalable de la peau.
- Ne pas appliquer sur les lésions infectées.

Grossesse et Allaitement :

- Grossesse : sous avis du médecin ou du pharmacien, HEC pommade peut être utilisée pendant la grossesse.
- Allaitement : sous avis du médecin ou du pharmacien, HEC pommade peut être utilisée, en cas de nécessité, pendant l'allaitement mais en aucun cas elle ne devra être appliquée sur la poitrine.

En cas de doute, demander l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

HEC pommade est un médicament. Ne pas laisser à la portée des enfants.

EFFETS INDESIRABLES :

Eczéma de contact.

Signaler, à votre médecin ou à votre pharmacien tout éventuel effet indésirable survenu lors du traitement par HEC pommade.

CONSERVATION :

- A conserver à une température inférieure à 25°C.
- Ne pas dépasser la date limite d'utilisation figurant sur les conditionnements.

Délivrance : Libre.

HEC pommade / Tube de 25 g - AMM N° : 502

Exploitant : Laboratoires CHAUVIN BLACHE – France.

Fabriqué sous licence par : Laboratoires Pharmaceutiques GALENICA.

Edition : FEVRIER 2012



LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES GALENICA
Casablanca - Maroc

NHCZA9V1FA

TITANOREINE®

A LA LIDOCAINE 2% , Crème en tube de 20 g
Carraghénates/ Lidocaïne/ Oxyde de zinc/Dioxyde de titane

Veuillez lire attentivement l'intégralité de cette notice avant de prendre ce médicament.

- Gardez cette notice, vous pourriez avoir besoin de la relire.
- Si vous avez toute autre question, si vous avez un doute, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.
- Ce médicament vous a été personnellement prescrit. Ne le donnez jamais à quelqu'un d'autre, même en cas de symptômes identiques, cela pourrait lui être nocif.
- Si un des effets indésirables devient grave ou si vous remarquez un effet indésirable non mentionné dans cette notice, parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien.

Composition du médicament:

Principes actifs :

Carraghénates	2,50 g
Dioxyde de titane	2,00 g
Oxyde de zinc	2,00 g
Lidocaïne	2,00 g
Excipients	q.s.p 100 g

Excipients : Palmitostéarate de macrogol, glycérides polyglycolisés saturés, diméticone, cellulose microcristalline, propylène glycol, parahydroxybenzoate de méthyle (E 219), parahydroxybenzoate de propyle (E 217), sorbate de potassium, eau purifiée.

Excipients à effet notoire : pe
propyle, propylène glycol.

Classe pharmacothérapeutique :
TOPIQUE EN PROCTOL
(C : Système cardio-vascul)

Indications thérapeutiques:

Traitement local des symptômes (prurit, douleurs) liés à la crise hémorroïdaire.

Posologie :

1 à plusieurs applications par jour.

Mode et/ou voie(s) d'administration

Voie rectale.

Durée du traitement

La durée du traitement ne doit pas excéder 7 jours

Contre-indications :

N'utilisez jamais TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème en cas d'antécédent d'allergie à la lidocaïne ou à l'un des autres composants de ce médicament (voir composition).

Effets indésirables :

Description des effets indésirables:

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

- Les effets suivants peuvent survenir :

- Réactions au niveau du site d'application, telles que :

brûlures, rougeurs, irritations, douleurs, démangeaisons, éruptions.

- Réactions d'hypersensibilité.

Déclaration des effets secondaires :

La déclaration des effets indésirables suspectés après autorisation du médicament est importante. Elle permet une surveillance continue du rapport bénéfice/risque des médicaments.

Mises en garde spéciales et précautions particulières d'emploi:

Faites attention avec TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème:

Si Vos symptômes (douleurs, démangeaisons, inconfort) persistent au-delà de 7 jours, vous devez consulter votre médecin.

- Il est nécessaire de recourir à un avis médical avant utilisation chez l'enfant.

Si vous êtes enceinte, demandez conseil à votre médecin: TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème ne sera utilisée pendant la grossesse que sur les conseils de votre médecin.

Ce médicament contient du parahydroxybenzoate de méthyle et de propyle qui peut provoquer des réactions allergiques.

Ce médicament contient du propylène glycol et peut induire des irritations de la peau.

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

Interactions :

Veuillez indiquer à votre médecin ou à votre pharmacien si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, même s'il s'agit d'un médicament obtenu sans ordonnance.

Grossesse et allaitement :

Ce médicament doit être utilisé avec prudence pendant la grossesse et l'allaitement.

D'une façon générale, il convient de demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament

Symptômes et conduites à tenir en cas de surdosage

Si vous avez utilisé plus de TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème que vous n'auriez dû:

Des cas exceptionnels d'ulcérations anales ont été rapportés avec une durée de traitement prolongée.

L'application de doses extrêmement massives pourrait conduire à un surdosage; dans ce cas, une surveillance en milieu spécialisé devra être maintenue. Des traitements symptomatiques doivent être appliqués. Si vous avez utilisé plus de TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème que vous n'auriez dû et que vous ressentez des effets indésirables, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Conditions de conservation:

Médicament non soumis à prescription médicale.

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

Ne pas utiliser TITANOREINE A LA LIDOCAINE 2 POUR CENT, crème après la date de péremption mentionnée sur le conditionnement extérieur.

Les médicaments ne doivent pas être jetés au tout-à-l'égout ou avec les ordures ménagères.

Demandez à votre pharmacien ce qu'il faut faire des médicaments inutilisés. Ces mesures permettront de protéger l'environnement.

La dernière date de révision de cette notice: Décembre 2015.

Fabriqué par



41, rue Mohamed Diouri 20110 Casablanca

daflon® 500mg

comprimé pelliculé

Fraction flavonoïque purifiée micronisée

Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament. Elle contient des informations 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.

COMPOSITION QUALITATIVE ET QUANTITATIVE

Fraction flavonoïque purifiée, micronisée : 500 mg pour un comprimé Quantité correspondant à :

- Diosmine : 450 mg.
- Flavonoïdes exprimés en hespéridine : 50 mg.
- Excipients : Carboxyméthylamidon sodique, cellulose microcristalline, gélatine, stéarate de magnésium, talc, glycérol, hypromellose, macrogol 6000, laurylsulfate de sodium, oxyde de fer rouge (E172), dioxyde de titane (E171), q.s. pour 1000 comprimés.

FORME PHARMACEUTIQUE ET PRESENTATION

Comprimés pelliculés sous plaquettes thermoformées. Boîte de 30.

CLASSE PHARMACOTHERAPEUTIQUE

Médicament agissant sur les capillaires. C système cardiovasculaire.

INDICATIONS THERAPEUTIQUES

Ce médicament est un veinotonique (il agit sur les veines) et un vasculoprotecteur (il augmente la circulation sanguine).

Il est préconisé dans le traitement des troubles de la circulation veineuse (jambes lourdes, douleurs, impatiences du primo-décubitus) et dans le traitement des signes fonctionnels liés à la crise hémorroïdaire.

CONTRE-INDICATIONS

Ne prenez jamais DAFLON 500 mg, comprimé pelliculé :

Si vous êtes allergique (hypersensible) à la fraction flavonoïque purifiée micronisée ou à l'un des autres composants.

MISES EN GARDE SPECIALES ET PRECAUTIONS D'EMPLOI

Faites attention avec DAFLON 500 mg, comprimé pelliculé :

Crise hémorroïdaire

Si les troubles hémorroïdaires ne cèdent pas en 15 jours, il est indispensable de consulter votre médecin.

Troubles de la circulation veineuse

Ce traitement a toute son efficacité lorsqu'il est associé à une bonne hygiène de vie.

- Eviter l'exposition au soleil, la chaleur, la station debout prolongée, l'excès de poids.

- La marche à pied et éventuellement le port de bas adaptés favorisant la circulation sanguine.

INTERACTIONS MEDICAMENTEUSES ET AUTRES INTERACTIONS

Si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, y compris un médicament obtenu sans ordonnance, parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien.

GROSSESSE - ALLAITEMENT

Grossesse :

Si vous découvrez que vous êtes enceinte pendant votre traitement, ou si vous êtes enceinte et envisagez de prendre ce médicament, demandez l'avis de votre médecin.

Allaitement :

En l'absence de données sur le passage du médicament dans le lait maternel, l'allaitement est déconseillé pendant la durée de traitement. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

POSOLOGIE, MODE ET/OU VOIE(S) D'ADMINISTRATION, FREQUENCE D'ADMINISTRATION ET DUREE DU TRAITEMENT

Posologie :

Insuffisance veineuse : 2 comprimés par jour : soit 1 comprimé à midi et 1 comprimé le soir, au moment du repas.

Dans la crise hémorroïdaire : la posologie est de 6 comprimés par jour pendant 4 jours, puis 4 comprimés par jour pendant les 3 jours suivants au moment des repas.

Si vous avez pris plus de DAFLON 500 mg, comprimé pelliculé que vous n'auriez dû :

Un surdosage risque de causer une aggravation des effets indésirables.

Si vous avez pris plus de DAFLON 500 mg, comprimé pelliculé qu'il ne fallait, veuillez contacter votre médecin ou votre pharmacien.

EFFETS INDESIRABLES

Comme tous les médicaments, DAFLON 500 mg, comprimé pelliculé est susceptible d'avoir des effets indésirables, bien que tout le monde n'y soit pas sujet.

La fréquence des effets indésirables possibles listés ci-dessous est définie en utilisant le système suivant :

- très fréquent (affecte plus de 1 utilisateur sur 10)
 - fréquent (affecte 1 à 10 utilisateurs sur 100)
 - peu fréquent (affecte 1 à 10 utilisateurs sur 1 000)
 - rare (affecte 1 à 10 utilisateurs sur 10 000)
 - très rare (affecte moins de 1 utilisateur sur 10 000)
 - fréquence inconnue (les données disponibles ne permettent pas d'estimer la fréquence)
- Ils peuvent inclure :
- Fréquent : diarrhée, dyspepsie, nausée, vomissement.
 - Peu fréquent : colite.

Effets indésirables possibles : maux de tête, vertiges, céphalées, malaise, rash, prurit,

douleur abdominale, œdème isolé du visage, gonflement, œdème de Quincke.

PRECAUTIONS D'EMPLOI

En cas d'effets indésirables, parlez-en à votre médecin. Ceci s'applique aussi à tout effet non mentionné dans cette notice. Vous pouvez signaler les effets indésirables directement via le système de pharmacovigilance.

Si vous ressentez un des effets mentionnés comme étant grave, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Si vous ressentez un des effets mentionnés comme étant grave, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

Si vous ressentez un des effets mentionnés comme étant grave, veuillez en informer votre médecin ou votre pharmacien.

CONDITIONS DE CONSERVATION

Tenir hors de la portée et de la vue 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.

Pas de conditions particulières de conservation.

Les médicaments ne doivent pas être jetés au tout-à-l'égout ou avec les ordures ménagères. Demandez à votre pharmacien ce qu'il faut faire des médicaments inutilisés. Ces mesures permettront de protéger l'environnement.

CONSEILS EDUCATION SANITAIRE :

Troubles de la circulation

- Evitez de rester assis ou debout trop longtemps, surélevez légèrement les pieds de votre lit.

- Evitez l'exposition au soleil et à la chaleur.

- Veillez à avoir une alimentation saine et équilibrée et à pratiquer une activité physique régulière (marche à pied, vélo ...), évitez l'excès de poids.

- Evitez les vêtements trop serrés, le port de chaussettes ou de bas de contention ainsi que doucher ses jambes avec de l'eau froide favorisant la circulation sanguine.

Hémorroïdes

- Buvez 1,5 à 2L d'eau par jour, consommez des aliments à forte teneur en fibres afin d'éviter la constipation (fruits, légumes verts, céréales complètes), évitez les graisses, le café, l'alcool et les aliments épicés.

- Faites de l'exercice régulièrement pour stimuler le flux sanguin, évitez de porter des objets trop lourds.

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

juillet 2016



SERVIER MAROC
Imm. ZEVAO, Lot FATH 4
Bd Abdelhadi BOUTALEB
20180 Casablanca