

BROCHURE PATIENTE

**Informations importantes à connaître
avant de prendre HAIMA**

HAIMA^{1000mg}

Granulés enrobés en sachet
(acide tranexamique)

N'hésitez pas à consulter cette brochure
autant de fois que nécessaire.

CEMAG
CARE
Empowered For Care

Qu'est-ce que HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet et dans quel cas est-il utilisé ?

HAIMA 1000 mg, granulés enrobés en sachet est un médicament indiqué pour réduire les menstruations (règles) abondantes.

HAIMA ne doit être utilisé :

- que si vos cycles sont réguliers (de 21 à 35 jours),
- que leur durée ne varie pas de plus de 3 jours d'un cycle à l'autre,
- que vous avez 15 ans ou plus.

HAIMA contient de l'acide tranexamique, qui empêche l'action de l'enzyme qui dissout les caillots sanguins. Cela diminue donc le volume et la durée des pertes sanguines.

Quelles sont les informations à connaître avant de prendre HAIMA 1000 mg, granulés enrobés en sachet ?

QUE VEUT-ON DIRE PAR RÈGLES « ABONDANTES » (« MÉNORRAGIES ») ?

Les **saignements menstruels abondants** sont définis comme une perte de sang supérieure à 80 ml à chaque cycle menstruel ou par des règles qui durent plus de 7 jours.

Concrètement, vous avez des saignements menstruels abondants si:

- Vous devez changer de protection périodique toutes les deux heures ou plus souvent
- Vous devez doubler les protections périodiques (serviettes périodiques x2 ou serviettes périodiques + tampon par exemple)
- Vous devez changer de protection périodique pendant la nuit
- Vos règles contiennent des caillots de sang d'au moins la taille d'une pièce de 50 centimes d'euro
- Vos règles sont suffisamment importantes pour retentir sur votre vie quotidienne (retentissement social, émotionnel, physique ou professionnel)

Il existe un **test pour mesurer l'abondance de vos règles**, il s'agit du **Score d'Higham**.

Comment calculer mon score ?

Exemple :

A la fin de l'épisode menstruel, j'additionne le nombre de protections utilisées par ligne que je multiplie par le nombre de points affectés à chaque niveau. Exemple :
2ème ligne (abondance modérée) :
9 protections multipliées par 5 = 45 points.

Je note chaque jour le nombre de protections périodiques utilisées dans la ligne correspondant à l'abondance des pertes.

	points	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Total
 Nombre de protections périodiques légèrement imbibées	1			1	4	2	1		8
 Nombre de protections périodiques modérément imbibées	5		5	4					45
 Nombre de protections périodiques très saturées	20	5							100
 Nombre de petits caillots (<1cm)	1		1						1
 Nombre de gros caillots (>1cm)	5	2							10

Je note la présence de caillots dans la ligne correspondant à leur taille.

Total :
164

Je calcule le total de chaque ligne et additionne les totaux par ligne. Cela me donne mon score d'Higham.

A chaque cycle menstruel, vous notez chaque jour le nombre de protections périodiques utilisées et le nombre de caillots sanguins.

- Si votre score est **inférieur à 100 points**, vous n'êtes probablement pas concernée par le problème de règles abondantes. Si vos règles vous paraissent cependant anormales, parlez-en à votre professionnel de santé.
- Si votre score est **supérieur à 100 points**, vous souffrez probablement de règles abondantes (ménorragies).
- Si votre score est **supérieur à 150 points**, vos règles sont probablement hémorragiques. Une prise en charge rapide, voire urgente, est conseillée.

	points	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	Total
 Nombre de protections périodiques légèrement imbibées	1								
 Nombre de protections périodiques modérément imbibées	5								
 Nombre de protections périodiques très saturées	20								
 Nombre de petits caillots (<1cm)	1								
 Nombre de gros caillots (>1cm)	5								

Total :

NE PRENEZ JAMAIS HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet SI :

- Vous prenez un traitement pour prévenir la formation de caillots de sang dans les veines (médicament anticoagulant), par exemple dans les jambes, les poumons ou le cerveau.
- Vous avez une insuffisance rénale.
- Vous avez eu des convulsions dans le passé (épilepsie ou crises convulsives).
- Vous prenez un contraceptif hormonal combiné (« pilule », anneau vaginal ou patch).
- Vous êtes allergique à l'acide tranexamique ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament (voir notice du médicament HAIMA).

AVERTISSEMENTS ET PRECAUTIONS

Adressez-vous à votre médecin avant de prendre HAIMA si vous vous trouvez dans l'un des cas suivants :

- Vos cycles sont irréguliers.
- Vous avez déjà eu un caillot sanguin dans une veine (maladie thromboembolique) ou s'il y a des cas de maladie thromboembolique dans votre famille (parents, frères et sœurs).
- Vous avez eu du sang dans vos urines entre vos règles.
- Vous avez une insuffisance rénale sévère.

Certaines maladies de l'utérus, comme un myome ou des polypes, peuvent expliquer l'apparition de règles abondantes. Si elles sont prises en charge, le flux menstruel peut diminuer. En cas de doute, adressez-vous à votre médecin.

Un suivi gynécologique régulier est recommandé.

UTILISATION D'HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet AVEC D'AUTRES MEDICAMENTS

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

Si HAIMA est pris en même temps que des anticoagulants, cela pourrait potentiellement affecter le mode d'action d'HAIMA ou de ces anticoagulants.

GROSSESSE ET ALLAITEMENT

HAIMA est indiqué en cas de règles abondantes répétées et n'est pas destiné à une utilisation pendant la grossesse.

Demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien si vous allaitez.

HAIMA 1000 mg, granulés enrobés en sachet contient du saccharose.

Si votre médecin vous a informé que vous présentez une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

Comment prendre HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet ?

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

Les granulés enrobés peuvent être avalés avec un verre d'eau.

Le traitement commence quand vos règles ont débuté, pas avant. La dose recommandée chez les adultes et les adolescentes **à partir de 15 ans** est de **1 sachet 3 fois par jour** aussi longtemps que nécessaire **jusqu'à 4 jours maximum**. La dose peut être augmentée si le flux est très abondant. Ne prenez pas plus de **4 sachets par jour** (1 sachet toutes les 6 à 8 heures).

Votre médecin peut vous prescrire une dose différente.

Si vous n'avez pas constaté de diminution des saignements après la première journée, arrêtez le traitement et parlez-en à votre médecin.

QUELS SONT LES EFFETS INDESIRABLES EVENTUELS D'HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet ?

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

Fréquents (pouvant toucher jusqu'à 1 personne sur 10) : nausées, vomissements, diarrhée, maux d'estomac, maux de tête, vertiges. Ces

effets indésirables sont souvent légers et passagers.

Peu fréquents (pouvant toucher jusqu'à 1 personne sur 100) : réactions allergiques de la peau.

Fréquence indéterminée (la fréquence ne peut être estimée sur la base des données disponibles) : rares cas d'obstruction des vaisseaux sanguins, changements dans la vision des couleurs et autres problèmes de vue, convulsions, apparition soudaine de problèmes rénaux en raison de la mort du tissu de la partie externe du rein (nécrose corticale rénale aiguë), réaction allergique qui réapparaît généralement sur le(s) même(s) site(s) lors d'une réexposition au médicament et peut inclure des plaques rondes ou ovales rouges et gonflées sur la peau, des cloques et des démangeaisons (éruption fixe d'origine médicamenteuse), un assombrissement de la peau au niveau des zones touchées, pouvant persister après la guérison, peut également survenir.

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin, pharmacien ou sage-femme. Cela s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans la notice d'information.

Vous pouvez également déclarer les effets indésirables directement via le portail de signalement des événements sanitaires indésirables du ministère chargé de la santé <https://signalement.social-sante.gouv.fr/>.

Pour plus d'information, consulter la rubrique "Déclarer un effet indésirable" sur le site Internet de l'ANSM : <https://ansm.sante.fr/>.

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

Consultez votre médecin :

- Si vous présentez des saignements en dehors de vos règles,
- Si vous présentez des symptômes tels qu'une fatigue, une pâleur, un essoufflement, des maux de tête suggérant la possibilité d'une anémie,
- Si vous avez plus de 45 ans et que vous avez des saignements menstruels abondants.
- Si vous n'avez pas constaté de diminution des saignements après la première journée de traitement.

Il est recommandé d'avoir un suivi gynécologique annuel par un médecin ou une sage-femme.

SI VOUS AVEZ PRIS PLUS D'HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet QUE VOUS N'AURIEZ DÛ

Si vous avez pris plus d'HAIMA que vous n'auriez dû ou si un enfant a avalé le médicament par accident, contactez immédiatement votre médecin ou un hôpital pour demander un avis médical et connaître les mesures à prendre.

Les signes d'un surdosage peuvent inclure des vertiges, des maux de tête, des nausées, une diarrhée, une tension artérielle basse, une myopathie (atteinte du système musculaire) et des convulsions. Un surdosage peut augmenter le risque de formation d'un caillot sanguin si vous avez une prédisposition.

SI VOUS OUBLIEZ DE PRENDRE HAIMA 1000mg, granulés enrobés en sachet

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

Pour plus d'informations référez-vous à la notice d'HAIMA 1000mg granulés enrobés en sachet en scannant le QR code ci-dessous ou directement sur le site internet :

<https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr/medicament/66445061/extrait#tab-notice>



CEMAG CARE
55 rue de Turbigo 75 003 Paris
contact@haima.fr
01 86 22 02 14