

## Notice : information de l'utilisateur

### Nicorette® Freshmint 2 mg et 4 mg comprimés à sucer Nicotine

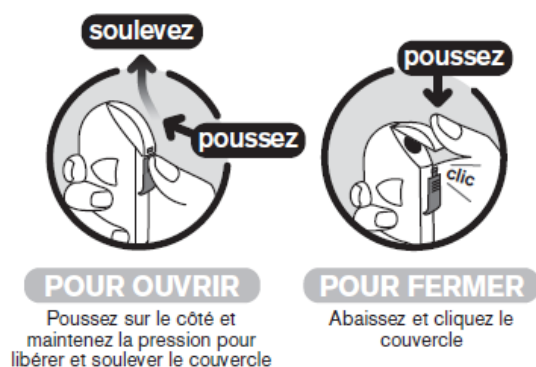
**Veillez lire attentivement cette notice avant de prendre ce médicament car elle contient des informations importantes pour vous.**

Vous devez toujours utiliser ce médicament en suivant scrupuleusement les informations fournies dans cette notice ou par votre médecin ou votre pharmacien.

- 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 médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Voir rubrique 4.
- Il est recommandé de consulter un professionnel de la santé si après 9 mois vous avez toujours des difficultés à vous abstenir de fumer sans l'aide de Nicorette Freshmint.

#### Que contient cette notice :

1. Qu'est-ce que Nicorette Freshmint et dans quel cas est-il utilisé
2. Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser Nicorette Freshmint
3. Comment utiliser Nicorette Freshmint
4. Quels sont les effets indésirables éventuels
5. Comment conserver Nicorette Freshmint
6. Contenu de l'emballage et autres informations



#### 1. Qu'est-ce que Nicorette Freshmint et dans quel cas est-il utilisé

Ce médicament est utilisé pour soulager les symptômes de sevrage et réduire les fortes envies de nicotine que vous ressentez quand vous essayez d'arrêter de fumer ou quand vous réduisez le nombre de cigarettes consommées dans le but d'essayer d'arrêter de fumer. Le traitement est destiné aux fumeurs adultes âgés de 18 ans et plus.

Nicorette Freshmint 2 mg comprimés à sucer conviennent aux fumeurs faiblement dépendants à la nicotine, par exemple ceux qui fument leur première cigarette de la journée plus de 30 minutes après le réveil ou qui fument moins de 20 cigarettes par jour.

Nicorette Freshmint 4 mg comprimés à sucer conviennent aux fumeurs fortement dépendants à la nicotine, par exemple ceux qui fument leur première cigarette de la journée dans les 30 minutes qui suivent le réveil ou qui fument plus de 20 cigarettes par jour.

Ce médicament peut vous aider soit à arrêter de fumer immédiatement, soit à réduire votre consommation de tabac avant d'arrêter complètement. Si vous pensez que vous pouvez arrêter de fumer immédiatement, vous devriez le faire. Cependant, si vous trouvez qu'un tel effort serait trop important, il se peut que vous préféreriez, comme première étape, réduire la quantité de cigarettes que vous fumez avant d'arrêter complètement le tabac. Voir la rubrique 3 'Comment utiliser Nicorette Freshmint' pour plus de détails.

Nicorette Freshmint soulage les symptômes de sevrage nicotinique, y compris les fortes envies, que vous ressentez lorsque vous arrêtez de fumer. Quand votre corps arrête soudainement de recevoir la nicotine contenue dans le tabac, vous éprouvez diverses sensations désagréables appelées symptômes de sevrage, qui se manifestent par de l'irritabilité, un sentiment de colère ou d'abattement, de l'anxiété, de l'agitation, des difficultés de concentration, une augmentation de l'appétit ou une prise de poids, l'envie très forte de fumer (besoin impérieux), des réveils nocturnes ou des troubles du sommeil. La nicotine contenue dans Nicorette Freshmint peut aider à prévenir ou réduire ces sensations désagréables et les fortes envies de fumer.

Pour améliorer vos chances d'arrêter de fumer, faites-vous aussi conseiller et recherchez un soutien.

## **2. Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser Nicorette Freshmint**

### **Ne prenez jamais Nicorette Freshmint**

- Si vous êtes allergique à la substance active ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament mentionnés dans la rubrique 6.
- Si vous avez moins de 12 ans.
- Si vous n'avez jamais fumé.

### **Avertissements et précautions**

Adressez-vous à votre médecin si vous souffrez d'une des affections ci-dessous. Il se peut que vous puissiez quand même utiliser Nicorette Freshmint comprimé à sucer mais consultez d'abord votre médecin si vous êtes dans une des situations suivantes :

- **Crise cardiaque** récente ou **accident vasculaire cérébral** (attaque cérébrale) récent
- **Douleur dans la poitrine** (angine de poitrine instable) ou angine de poitrine au repos

- **Affection cardiaque** qui influence la fréquence ou le rythme de votre cœur (arythmie)
- **Hypertension** qui n'est pas traitée actuellement par des médicaments
- Antécédents de **réactions allergiques** impliquant le gonflement des lèvres, du visage et de la gorge (angio-œdème) ou éruption de la peau associée à des démangeaisons (urticaire). L'utilisation d'un TSN (Traitement de Substitution Nicotinique) peut parfois déclencher ce type de réaction
- **Maladie du foie** grave ou modérée
- Grave **maladie des reins**
- **Diabète**
- **Glande thyroïde hyperactive** (hyperthyroïdie)
- Tumeur de la **glande surrénale** (phéochromocytome)
- **Ulcère de l'estomac ou du duodénum**
- **Œsophagite**

Ce médicament ne doit pas être utilisé par des non-fumeurs.

### Enfants

La dose correcte pour les adultes pourrait sérieusement empoisonner, ou même être fatale pour les enfants. Il est donc essentiel de garder à tout moment Nicorette Freshmint comprimé à sucer hors de la vue et de la portée des enfants.

### Autres médicaments et Nicorette Freshmint

Informez votre médecin ou pharmacien si vous utilisez, avez récemment utilisé ou pourriez utiliser tout autre médicament. Ceci est particulièrement important si vous prenez des médicaments à base de :

- **théophylline** pour traiter l'asthme
- **tacrine** pour la maladie d'Alzheimer
- **clozapine** pour la schizophrénie
- **ropinirole** pour traiter la maladie de Parkinson

### Nicorette Freshmint avec des aliments et boissons

Ne mangez pas et ne buvez pas au moment où vous prenez les comprimés à sucer.

### 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.

Il est très important d'arrêter de fumer pendant la **grossesse** car fumer peut entraîner un retard de croissance du bébé. Le tabagisme peut aussi entraîner des naissances prématurées ou des fausses couches. Idéalement, il faut essayer d'arrêter de fumer sans utiliser de médicaments à base de nicotine. Si vous n'y parvenez pas, vous ne pouvez utiliser Nicorette Freshmint qu'après avoir consulté le professionnel de santé qui suit votre grossesse, votre médecin généraliste ou un médecin travaillant dans un centre spécialisé dans l'arrêt du tabac.

L'utilisation de Nicorette Freshmint doit être évitée au cours de l'allaitement car la nicotine passe dans le lait en quantité qui pourrait affecter votre enfant. Si votre médecin vous a recommandé d'utiliser Nicorette Freshmint, le comprimé à sucer doit être pris juste après la tétée et pas dans les 2 heures avant la tétée.

Le fait de fumer augmente le risque d'infertilité chez les femmes comme chez les hommes. Les effets de la nicotine sur la fertilité sont inconnus.

### **Conduite de véhicules et utilisation de machines**

Aucun effet sur la capacité de conduire des véhicules et d'utiliser des machines n'a été observé.

## **3. Comment utiliser Nicorette Freshmint**

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

Les instructions sur la manière d'utiliser Nicorette Freshmint dépendent de votre choix entre :

- (a) arrêter de fumer immédiatement
- (b) arrêter de fumer graduellement

Ce médicament est destiné à un usage oromuqueux. Il faut le mettre en bouche et le laisser fondre afin qu'il libère la nicotine, laquelle sera absorbée dans l'organisme à travers la muqueuse de la bouche.

Placez un comprimé à sucer dans votre bouche et faites-le passer de temps en temps d'une joue à l'autre, jusqu'à sa dissolution complète. Normalement, cela devrait prendre moins de 20 minutes. Ne croquez pas le comprimé à sucer et ne l'avalez pas entier. Vous ne devez ni manger ni boire pendant que vous avez le comprimé en bouche.

Ne prenez pas plus de 15 comprimés à sucer par jour.

Si vous ressentez le besoin d'utiliser ce médicament pendant plus de 9 mois en tout, vous devriez demander conseil à un professionnel de la santé.

### ***Adultes (18 ans et plus)***

#### **(a) Arrêter de fumer immédiatement**

Le but est d'arrêter de fumer immédiatement et d'utiliser les comprimés à sucer pour soulager les fortes envies de fumer.

- Commencez par utiliser 8 à 12 comprimés à sucer par jour. Chaque fois que vous avez envie de fumer, placez un comprimé à sucer dans votre bouche et laissez-le se dissoudre.
- Utilisez les comprimés à sucer de cette manière pendant 6 semaines maximum, ensuite diminuez graduellement le nombre de comprimés à sucer que vous utilisez par jour.

- Une fois que vous n'utilisez plus que 1 ou 2 comprimés à sucer par jour, cessez complètement de les utiliser. Après avoir arrêté l'usage des comprimés à sucer, il se peut que vous ressentiez parfois encore une soudaine envie impérieuse de cigarette. Dans ce cas, vous pouvez à nouveau utiliser un comprimé à sucer.

### **(b) Arrêter de fumer graduellement**

Le but est de commencer par remplacer progressivement certaines de vos cigarettes par un comprimé à sucer. Après avoir réussi cette étape, vous arrêtez alors complètement de fumer tout en continuant à utiliser les comprimés à sucer. Finalement, vous arrêtez d'utiliser les comprimés à sucer.

Lorsque vous ressentez une forte envie de fumer, utilisez un comprimé à sucer Nicorette Freshmint au lieu d'une cigarette pour soulager cette envie. Réduisez autant que possible le nombre de cigarettes que vous fumez par jour. Si après 6 semaines, vous n'avez toujours pas pu réduire le nombre de cigarettes que vous fumez par jour, parlez-en à votre médecin ou pharmacien.

Dès que vous vous en sentez capable, vous devriez abandonner complètement les cigarettes. Suivez alors les instructions mentionnées ci-dessus pour arrêter de fumer immédiatement. Faites cela le plus rapidement possible. Si votre tentative d'arrêter de fumer complètement n'a pas réussi dans les 6 mois suivant le début de l'utilisation de ce médicament, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien.

**Ne pas dépasser la dose indiquée. Suivez attentivement les instructions et n'utilisez pas plus de 15 comprimés à sucer en une journée (24 heures).**

### ***Enfants et adolescents***

#### **Adolescents de 12 à 17 ans**

Nicorette Freshmint ne peut être utilisé qu'après consultation d'un médecin.

#### **Enfants de moins de 12 ans**

Ne donnez pas ce médicament à des enfants de moins de 12 ans.

### **Si vous éprouvez la tentation de recommencer à fumer**

Si vous :

- craignez de recommencer à fumer
  - trouvez difficile d'arrêter les comprimés à sucer complètement
- consultez votre médecin ou votre pharmacien.

Si vous recommencez à fumer, il peut vous conseiller sur la façon d'obtenir les meilleurs résultats lors de cycles futurs de traitement de substitution nicotinique (TSN).

### **Si vous avez pris plus de Nicorette Freshmint que vous n'auriez dû**

Un surdosage en nicotine peut survenir si vous fumez en même temps que vous prenez Nicorette Freshmint.

En cas de prise d'une trop grande quantité de Nicorette Freshmint, veuillez contacter immédiatement votre médecin, votre pharmacien ou le Centre Antipoisons (tél 070/245.245).

Si un enfant prend Nicorette Freshmint ou si vous avez utilisé plus de Nicorette Freshmint que vous n'auriez dû, contactez votre médecin ou rendez-vous à l'hôpital le plus proche **immédiatement**.

Les doses de nicotine qui sont supportées par des fumeurs adultes durant le traitement peuvent produire de graves symptômes d'empoisonnement chez les **enfants** et peuvent même s'avérer **fatales**.

Les symptômes de surdosage sont les suivants : nausées, vomissements, salivation excessive, douleurs d'estomac, diarrhée, sueurs, maux de tête, sensation de vertige, troubles de l'audition et très grande faiblesse. À des doses élevées, ces symptômes peuvent être suivis d'une baisse de la tension artérielle, d'un pouls faible et irrégulier, de difficultés à respirer, d'une fatigue extrême, d'un collapsus circulatoire et de convulsions généralisées.

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 indésirables éventuels**

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

##### **Effets en relation avec l'arrêt du tabagisme (sevrage nicotinique)**

Certains des effets indésirables que vous éprouvez lorsque vous arrêtez de fumer peuvent être des symptômes de sevrage causés par la diminution de la prise de nicotine. Ces effets incluent :

- Irritabilité, agression, impatience ou frustration
- Sensation d'anxiété, agitation ou difficultés à se concentrer
- Réveils au cours de la nuit ou troubles du sommeil
- Augmentation de l'appétit ou prise de poids
- Se sentir déprimé, abattu
- Envies impérieuses de fumer
- Diminution de la fréquence du cœur
- Saignement des gencives ou aphtes
- Sensation de vertige ou de tête légère
- Toux, maux de gorge, nez bouché ou nez qui coule
- Constipation

***Si vous remarquez un des effets indésirables graves suivants, arrêtez la prise de Nicorette Freshmint et consultez immédiatement un médecin car ils peuvent être un signe d'allergie grave (la fréquence est non connue : la fréquence ne peut pas être estimée à partir des données disponibles) :***

- Urticaire (une maladie de peau caractérisée par des papules surélevées ou rouges provoquant des démangeaisons)
- Gonflement du visage, de la langue ou de la gorge

- Difficulté respiratoire
- Difficulté à avaler

La plupart des effets indésirables se produisent au début de l'utilisation. Pendant les premiers jours du traitement, une irritation dans la bouche et la gorge peut être ressentie, cependant la plupart des utilisateurs s'adaptent à cela en poursuivant l'utilisation des comprimés à sucer.

***Autres effets indésirables pouvant se présenter :***

*Très fréquent : peut affecter plus de 1 personne sur 10 :*

- Toux
- Mal de tête
- Hoquet
- Nausée (envie de vomir)
- Irritation de la gorge, de la bouche ou de la langue

*Fréquent : peut affecter jusqu'à 1 personne sur 10 :*

- Effets locaux tels que sensation de brûlure, inflammation dans la bouche, les changements dans la perception du goût
- Sentiment de froid ou de chaleur ou fourmillement de la peau
- Bouche sèche ou production de salive augmentée
- Sensation de dyspepsie (indigestion)
- Douleur ou gêne dans le ventre
- Vomissements, flatulence (gaz) ou diarrhée
- Brûlures d'estomac
- Fatigue
- Hypersensibilité (allergie)

*Peu fréquent : peut affecter jusqu'à 1 personne sur 100 :*

- Effets sur le nez, comme nez bouché, éternuements
- Respiration sifflante (bronchospasme), ou impression que la respiration demande plus d'efforts que d'habitude (dyspnée), sensation de gorge serrée
- Rougeur de la peau ou augmentation de la transpiration
- Effets dans la bouche comme picotements, inflammation de la langue, petites blessures (aphtes), lésions de la muqueuse ou changements dans le son de la voix, douleur dans la bouche et la gorge, renvois
- Sentir les battements de votre cœur (palpitations) ou accélération de la fréquence cardiaque, hypertension
- Éruption de la peau et/ou démangeaisons ou rougeur de la peau
- Rêves anormaux
- Inconfort et douleur dans la poitrine
- Faiblesse, sensation de malaise

*Rare : peut affecter jusqu'à 1 personne sur 1000*

- Difficulté à avaler, diminution des sensations dans la bouche
- Des battements cardiaques rapides et erratiques, qui peuvent être traités avec des médicaments appropriés

- Haut-le-cœur



*Non connu : la fréquence ne peut pas être estimée à partir des données disponibles.*

- Vision floue, augmentation de la production de larmes (larmolement)
- Gorge sèche, troubles d'estomac, lèvres douloureuses

### **Déclaration des effets secondaires**

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou 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 l'Agence Fédérale des Médicaments et des Produits de Santé, Division Vigilance, Eurostation II, Place Victor Horta 40/40, B-1060 Bruxelles ([www.afmps.be](http://www.afmps.be); [patientinfo@fagg-afmps.be](mailto:patientinfo@fagg-afmps.be)) (pour la Belgique) ou via la Direction de la Santé, Division de la Pharmacie et des Médicaments, Villa Louvigny, Allée Marconi, L-2120 Luxembourg (pour le Luxembourg). En signalant les effets indésirables, vous contribuez à fournir davantage d'informations sur la sécurité du médicament.

## **5. Comment conserver Nicorette Freshmint**

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

N'utilisez pas ce médicament après la date de péremption indiquée sur le pilulier/plaquette et sur l'emballage extérieur après EXP. La date de péremption fait référence au dernier jour du mois mentionné.

Pilulier en polypropylène : à conserver dans l'emballage extérieur d'origine à l'abri de l'humidité.

Plaquette : pas de précautions particulières de conservation.

Ne pas réutiliser le pilulier pour autre chose car il pourrait encore renfermer de la poussière de comprimé pouvant se déposer en fine couche sur le contenu.

Veillez éliminer le pilulier de manière responsable. 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. Contenu de l'emballage et autres informations**

### **Ce que contient Nicorette Freshmint**

**La substance active** est la nicotine (sous forme de résinate de nicotine). Chaque comprimé à sucer contient 2 mg ou 4 mg de nicotine.

**Les autres composants** sont : **Noyau du comprimé** : mannitol (E421), gomme de xanthane, Winterfresh RDE4-149 spray dried (gomme arabique (E414), arômes de menthe poivrée, de menthol et d'eucalyptol), carbonate de sodium anhydre (E500)(i), sucralose (E955), acésulfame de potassium (E950), stéarate de magnésium (E470b) ; **enrobage** : hypromellose (E464), Winterfresh RDE4-149 Spray dried (Arômes de menthe poivrée, de menthol et d'eucalyptol), dioxyde de titane (E171), sucralose (E955), Sepifilm brillant (hypromellose (E464), cellulose microcristalline (E460), silicate de potassium et aluminium (E555), dioxyde de titane (E171)), acésulfame de potassium (E950), polysorbate 80 (E433).

Les comprimés à sucer Nicorette Freshmint ne contiennent pas de sucre.

### **Aspect de Nicorette Freshmint et contenu de l'emballage extérieur**

Comprimé à sucer ovale, blanc à blanc cassé portant l'inscription 'n' sur une face et '2' ou '4' sur l'autre face.

**Conditionnements :**

Chaque pilulier en plastique contient 20 comprimés à sucer. Les emballages peuvent contenir 1, 4 ou 8 piluliers.

Chaque boîte contient 2 plaquettes de 12 comprimés à sucer. Avec et sans étui.

*Les conditionnements peuvent ne pas être tous commercialisés.*

**Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché et fabricant**

Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

Johnson & Johnson Consumer NV/SA

Antwerpseweg 15-17

B-2340 Beerse

**Fabricant**

McNeil AB, Norrbroplatsen 2, 251 09 Helsingborg, Suède.

ou Johnson & Johnson Consumer NV/SA, Antwerpseweg 15-17, 2340 Beerse, Belgique

ou McNeil Products Ltd, Foundation Park, Roxborough Way, Maidenhead, Berkshire, SL6 3UG, UK

**Mode de délivrance**

Nicorette Freshmint est disponible sans ordonnance.

**Numéro de l'autorisation de mise sur le marché**

BE419693 (2 mg plaquette)

BE419702 (2 mg pilulier)

BE419711 (4 mg plaquette)

BE419727 (4 mg pilulier)

**Ce médicament est autorisé dans les Etats membres de l'EEE sous les noms suivants :**

AT, FI	Nicorette Icemint
DE, DE, LU	Nicorette Freshmint
CZ	Nicorette Mint
CY, DK, EL, IS	Nicorette Cooldrops
IE	Nicorette Cools
NO	Nicorette
PL	Nicorette Coolmint
SE	Nicorette Peppermint

**La dernière date à laquelle cette notice a été approuvée est février 2018.**