ANSM - Mis à jour le : 19/12/2025

**Dénomination du médicament**

# PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur
## Huile essentielle de lavande, huile essentielle de thym rouge, huile essentielle de romarin, thymol

**Encadré**

**Veuillez 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 scrupuleseusement 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 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. Voir rubrique 4.
- Vous devez vous adresser à votre médecin si vous ne ressentez aucune amélioration ou si vous vous sentez moins bien après 5 jours.

**Que contient cette notice ?**


1. Qu'est-ce que PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur et dans quels cas est-il utilisé ?
2. Quelles sont les informations à connaître avant d'utiliser PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?
3. Comment utiliser PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?
4. Quels sont les effets indésirables éventuels ?
5. Comment conserver PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?
6. Contenu de l'emballage et autres informations.


## 1. QU'EST-CE QUE PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ET DANS QUELS CAS EST-IL UTILISE ?

Classe pharmacothérapeutique - code ATC : A VISEE DECONGESTIONNANTE, (R: système respiratoire) - R07AX.

Ce médicament a une action à visée décongestionnante, c'est-à-dire qu'il facilite le dégagement des voies respiratoires.

## Indications thérapeutiques

Ce médicament est utilisé comme décongestionnant au cours des affections respiratoires banales (rhumes, rhinites, rhino-pharyngites) chez l'adulte et l'enfant de plus de 12 ans.

**2. QUELLES SONT LES INFORMATIONS A CONNAITRE AVANT D'UTILISER PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?**

**N'utilisez jamais PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur :**

- si vous êtes allergique aux substances actives (l'huile essentielle de lavande, l'huile essentielle de thym rouge, l'huile essentielle de romarin ou le thymol) ou à l'un des autres composants contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6.

- Chez les enfants ayant déjà eu des convulsions dues à la fièvre ou non car ce médicament contient des huiles essentielles et du thymol.

**Avertissements et précautions**

Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant d'utiliser PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur.

**Faites attention avec PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur :**

## Mises en garde spéciales

Cette spécialité contient des huiles essentielles et du thymol (dérivés terpéniques) qui peuvent entraîner, à doses excessives :

- Des convulsions, des malaises et/ou des arrêts temporaires de la respiration (pauses respiratoires) chez le nourrisson.

- Des convulsions chez l'enfant.

Respecter les posologies et la durée de traitement préconisées (voir Posologie et Mode d'administration).

En cas de survenue de signes généraux d'infection comme :

- fièvre élevée (>38,5°C) et persistante (plus de 3 jours);

- apparition d'autres symptômes comme: maux de gorge ou de tête importants, nausées, vomissements, douleurs ou écoulements de l'oreille, douleur de la face, écoulement nasal ou expectoration purulents;

- apparition d'une gêne respiratoire, d'une toux rauque, de signes d'allergie;

- persistance ou aggravation des symptômes sans amélioration au-delà de 5 jours de traitement.

**CONSULTEZ VOTRE MEDECIN**

## Précautions d'emploi

- Ne pas avaler.

- En cas de réaction allergique, ARRETEZ LE TRAITEMENT.

- Chez l'adulte, en cas d'antécédent de crises d'épilepsie, DEMANDEZ CONSEIL A VOTRE MEDECIN.

EN CAS DE DOUTE, IL EST INDISPENSABLE DE DEMANDER L'AVIS DE VOTRE MEDECIN OU DE VOTRE PHARMACIEN.

**Autres médicaments et PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur**

Ce médicament contient des huiles essentielles de lavande, de thym rouge et de romarin et du thymol.
D'autres médicaments en contiennent. Ne les associez pas, afin de ne pas dépasser les doses maximales conseillées (Voir la rubrique 3).

**Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament.PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur avec des aliments et boissons**

Sans objet.

**Grossesse et allaitement**

*Grossesse*

Ce médicament ne sera utilisé pendant la grossesse que sur les conseils de votre médecin.

Si vous découvrez que vous êtes enceinte pendant le traitement, consultez votre médecin car lui seul peut juger de la nécessité de le poursuivre.

Demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

*Allaitement*

Si vous allaitez, il est préférable de ne pas utiliser ce médicament.

Demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre tout médicament.

Conduite de véhicules et utilisation de machinesSans objet.

**PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur contient**

Sans objet.

**3. COMMENT UTILISER PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?**

## Instructions pour un bon usage

Attention au risque de brûlures en manipulant l'eau très chaude.

**NE PAS AVALER** mais **INSPIRER** la vapeur dégagée

## Posologie

RESERVE A L'ADULTE ET A L'ENFANT DE PLUS DE 12 ANS.

Respectez dans tous les cas la dose recommandée dans cette notice. Si vous avez un doute consultez votre médecin ou votre pharmacien.

La dose habituelle est 1 capsule dans un inhalateur ou un bol d'eau bouillante.

Vous ne devez pas dépasser 3 inhalations par jour.

**Mode d'administration**

Ce médicament est utilisé par voie respiratoire (par inhalation). Vous ne devez **PAS AVALER** les capsules mais **INSPIRER** la vapeur dégagée.

Pour une meilleure utilisation de ce médicament vous devez respecter les étapes suivantes :

1. Introduire la capsule directement dans l'inhalateur ou le bol, **ou** couper l'extrémité de la capsule avant de l'introduire dans l'inhalateur ou le bol.
2. Versez de l'eau bouillante sur la capsule.
3. Inspirez les vapeurs.

Demandez à votre pharmacien de vous expliquer comment pratiquer une inhalation si vous avez le moindre doute.

**Fréquence d'administration**

Répétez les inhalations 3 fois par jour, en les espaçant d'au moins 4 heures. Par exemple: une inhalation le matin, une le midi et une le soir.

**Durée du traitement**

La durée du traitement est limitée à 5 jours.

Si les troubles persistent au-delà de 5 jours de traitement ou s'aggravent, consultez un médecin.

**Si vous avez utilisé plus de PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur que vous n'auriez dû**

Sans objet.

**Si vous oubliez d'utiliser PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur**

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

Si vous arrêtez d'utiliser PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur Sans objet.

#### 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.

**Les effets suivants peuvent survenir :**

- possibilité d'irritation locale et d'allergie ;
- en raison de la présence de dérivés terpéniques (huiles essentielles et thymol) et en cas de non-respect des doses préconisées :
  - risque de convulsions chez l'enfant,
  - possibilité d'agitation et de confusion chez les sujets âgés.

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

**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 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: https://signalement.social-sante.gouv.fr/

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

#### 5. COMMENT CONSERVER PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur ?

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 la boite après EXP. La date de péremption fait référence au dernier jour de ce mois.

Pas de précautions 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.

#### 6. CONTENU DE L'EMBALLAGE ET AUTRES INFORMATIONS

### Ce que contient PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur

- Les substances actives sont :

Huile essentielle de lavande..... 18,0 mg
Huile essentielle de thym rouge..... 34,0 mg
Huile essentielle de romarin..... 48,0 mg
Thymol..... 2,0 mg

Pour une capsule.

- Les autres composants sont :

Huile de paraffine.

Enveloppe de la capsule : gélatine, glycérol.

### Qu'est-ce que PERUBORE INHALATION, capsule pour inhalation par vapeur et contenu de l'emballage extérieur

Ce médicament se présente sous forme de capsule pour inhalation par vapeur.

Chaque boîte contient 15 capsules.

### Titulaire de l'autorisation de mise sur le marché

**LABORATOIRES MAYOLY SPINDLER**

3 PLACE RENAULT
92500 RUEIL-MALMAISON

### Exploitant de l'autorisation de mise sur le marché

**LABORATOIRES MAYOLY SPINDLER**

3 PLACE RENAULT
92500 RUEIL-MALMAISON

**Fabricant**

**LABORATOIRES MAYOLY SPINDLER**
6, AVENUE DE L'EUROPE
78400 CHATOU

Ou

**LABORATOIRES GALENIQUES VERNIN**
20, RUE LOUIS-CHARLES VERNIN
77190 DAMMARIE-LES-LYS

**Noms du médicament dans les Etats membres de l'Espace Economique Européen**

Sans objet.

**La dernière date à laquelle cette notice a été révisée est :**

[à compléter ultérieurement par le titulaire]

**Autres**

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

**Conseil d'éducation sanitaire :**

**Pour éviter de contaminer votre entourage, il est important de :**

- se laver les mains régulièrement, en particulier avant les repas ou lors de leur préparation ;
- se couvrir la bouche quand vous toussez ;
- se moucher souvent avec des mouchoirs jetables (pour ne pas vous recontaminer) et les jeter dans une poubelle immédiatement après utilisation, puis se laver les mains ;
- éviter de rendre visite à une jeune accouchée et à son nouveau-né, à une personne âgée, ou à une personne traitée par des immunodépresseurs (corticoïdes, médicaments pour une maladie du sang ou un cancer ). **Dans ces cas, le port du masque est recommandé.**

**Pour votre confort :**

- boire suffisamment ;
- **humidifier la muqueuse nasale avec des solutions de lavage adaptées** (sérum physiologique, sprays d'eau thermale ou d'eau de mer). Eviter l'utilisation du même embout nasal pour toute la famille ;

- éviter de fumer ou de respirer la fumée des autres ;

- dormir la tête surélevée pour améliorer le flux d'air dans les narines bouchées et dormir suffisamment;

- protéger au besoin la peau de la lèvre supérieure et des narines par une crème car la répétition des mouchages a tendance à irriter la peau ;

- éviter les climatiseurs qui déshumidifient l'air et assèchent les muqueuses nasales, la température idéale de la pièce doit être aux environs de 18-20°C ;

- aérer régulièrement les pièces.

VOTRE PHARMACIEN, VOTRE MEDECIN CONNAISSENT BIEN LES MEDICAMENTS.
N'HESITEZ PAS A LEUR DEMANDER DES PRECISIONS.
NE LAISSEZ JAMAIS UN MEDICAMENT A LA PORTEE DES ENFANTS.