PEPTIDES LABS

# Epitalon 10 mg · spray 10 mL ou stylo

Tétrapeptide — télomères, longévité | deux formes : spray nasal 10 mL et stylo 3 mL

**Peptides à usage professionnel**
Réservé aux praticiens habilités. Usage expérimental : biodisponibilité nasale faible (~5–10 %).

| SPRAY | STYLO | DOSE / UNITÉ |
|---|---|---|
| 1 mg/mL | 3,33 mg/mL | brume 100 µg · clic 33,3 µg |

## RECONSTITUTION

**PRÉPARATION**
**Spray :** 10 mg + 10 mL sérum physio.
**Stylo :** 10 mg + 3 mL eau bactériostatique

**DURÉE D'EMPLOI**
Spray **7 à 14 j** · stylo **28 j**

**BIODISPONIBILITÉ**
Nasale faible : la dose nasale est **plus élevée**

## CORRESPONDANCE SPRAY NASAL (10 ML)

| BRUMES / UNITÉS | VOLUME | DOSE TOTALE |
|---|---|---|
| 1 brume | 0,1 mL | 100 µg |
| 2 brumes | 0,2 mL | 200 µg |
| 3 brumes | 0,3 mL | 300 µg |
| 5 brumes | 0,5 mL | 500 µg |

**FORMULES DE CONVERSION**
Brumes **× 0,1 mL** · Dose **= Brumes × 100 µg**

**REPÈRE SPRAY**
**2 brumes** = 200 µg

**REPÈRE STYLO**
**30 clics** ≈ 1 mg

**REMISE**
Spray **sans aiguille** · stylo prêt à l'emploi



**Conserver entre 2 °C et 8 °C**
7 à 14 j (spray) · 28 j (stylo) après reconstitution

**À l'abri de la lumière**
Dans son emballage d'origine

## CORRESPONDANCE STYLO (3 ML)

| CLICS / UNITÉS | VOLUME | DOSE TOTALE |
|---|---|---|
| **15 clics** | **0,15 mL** | **500 µg** |
| **30 clics** | **0,3 mL** | **1 mg** |
| **60 clics** | **0,6 mL** | **2 mg** |
| **90 clics** | **0,9 mL** | **3 mg** |

**FORMULES DE CONVERSION**

Clics **= Volume (mL) ÷ 0,01** · Dose **= Clics × 33,3 µg**

## LES DEUX PRÉSENTATIONS

| FORME | PRÉPARATION | UNITÉ | CONSERVATION APRÈS RECONSTITUTION | PRISES / FLACON |
|---|---|---|---|---|
| **Spray nasal** | 10 mg + **10 mL** sérum physio. 0,9 % | **1 brume = 0,1 mL = 100 µg** | 7 à 14 jours | **100 brumes** |
| **Stylo** | 10 mg + **3 mL** eau bactériostatique | **1 clic = 0,01 mL = 33,3 µg** | 28 jours | **300 clics** |

## CALENDRIER

**CURE · 10 à 20 jours** | **PAUSE · plusieurs mois**

Cures courtes et espacées : l'Epitalon ne s'utilise pas en continu, quelle que soit la forme.

## CHOISIR LA FORME

**SPRAY NASAL**

**Sans aiguille**, geste le plus simple.
Biodisponibilité faible (~5–10 %) : dose nasale plus élevée.
À privilégier si la voie injectable n'est pas souhaitée.

**STYLO**

**Dose exacte**, reproductible au clic.
Voie sous-cutanée, biodisponibilité supérieure.
À privilégier pour un protocole court et précis.

**RÈGLE COMMUNE**

Une **seule forme à la fois** : pas de cumul spray + stylo sur la même journée.

## POINTS CLÉS

**NE PAS CUMULER**

Une **seule forme par jour** : spray *ou* stylo, jamais les deux le même jour.

**TRAÇABILITÉ**

Noter **forme, date de reconstitution et lot** sur le flacon avant la première prise.

**SORTIE DE CURE**

Réévaluation en fin de cure : la pause est **plus longue que la cure**.

## LES DEUX PROTOCOLES

P-01

### Longévité

TÉLOMÈRES · ANTI-ÂGE

| | |
|---|---|
| OBJECTIF | **Soutenir la longueur télomérique dans une démarche de longévité.** |
| DOSE | **Spray : 2 à 3 brumes/j (200–300 µg) · Stylo : 30–60 clics (1–2 mg)** |
| RYTHME | **Cures de 10 à 20 jours, 1 à 2 fois/an** |
| CYCLE | **10 à 20 jours** |
| PAUSE | **Plusieurs mois entre deux cures** |
| SUIVI | **Ressenti, tolérance ; biologie selon avis** |

P-02

### Rythme veille/sommeil

MÉLATONINE · RÉCUPÉRATION

| | |
|---|---|
| OBJECTIF | **Soutenir le rythme nycthéméral et la récupération.** |
| DOSE | **Spray : 1 à 2 brumes le soir · Stylo : 15–30 clics** |
| RYTHME | **Le soir, 10 à 20 jours** |
| CYCLE | **10 à 20 jours** |
| PAUSE | **Plusieurs mois** |
| SUIVI | **Sommeil, énergie diurne** |

## GESTES DE LA BRUME NASALE

**NARINE**
1 brume par narine, tête légèrement inclinée.

**RESPIRATION**
Inspirer doucement pendant la brume, ne pas renifler fort.

**ALTERNANCE**
Changer de narine à chaque prise.

**PROPRETÉ**
Moucher avant, ne pas toucher l'embout.

**À ÉVITER**
Narine irritée, saignante ou obstruction.

## CONDUITE DU PROTOCOLE

### AVANT LA PREMIÈRE PRISE

- Bilan et objectif de suivi écrits
- Vérifier les **allergies** connues
- Grossesse : avis médical

### PENDANT LA CURE

- Prise à heure régulière
- Noter la **tolérance nasale**
- Ne pas dépasser la dose prévue

### RÉÉVALUATION

- Effet ressenti et durée
- Décision de poursuite en consultation
- Pause entre deux cures



**Conserver entre 2 °C et 8 °C**
7 à 14 j (spray) · 28 j (stylo) après reconstitution

**À l'abri de la lumière**
Dans son emballage d'origine

## RÈGLES D'HYGIÈNE — SPRAY NASAL

### 🧼 LAVAGE DES MAINS

- Eau et savon, **30 secondes minimum**
- Sécher sur serviette propre ou papier
- **Gel hydroalcoolique** avant manipulation

### 👃 AVANT LA BRUME

- **Moucher** et nettoyer les narines
- Ne pas toucher l'**embout**
- Amorcer la pompe si nécessaire

### 📦 MATÉRIEL

- Flacon **nominatif**, usage personnel
- Vérifier la **limpidité** de la solution
- Essuyer l'embout après usage
- Ne pas partager le dispositif

## RÉACTIONS POSSIBLES

| RÉACTION | FRÉQUENCE | DURÉE | CONDUITE À TENIR |
|---|---|---|---|
| **Rougeur** au point d'injection | FRÉQUENTE | 24–48 h | Compresses froides, surveillance |
| **Douleur / brûlure** à l'injection | FRÉQUENTE | Quelques minutes | Injecter plus lentement |
| **Hématome** au point d'injection | OCCASIONNELLE | 3–7 jours | Glace 10 min, puis compresses chaudes |
| **Nodule** sous-cutané | MODÉRÉE | 1–3 semaines | Massage doux, espacer les sites |
| **Céphalée, nausée** | OCCASIONNELLE | Quelques heures | Antalgique, hydratation, repos |
| **Irritation persistante** > 72 h ou induration | MODÉRÉE | > 72 h | Suspendre, avis médical |
| **Réaction allergique** (urticaire, dyspnée, gonflement) | RARE | Immédiate | **Appeler le 15 — urgence médicale** |

## CONSERVATION & PRÉCAUTIONS

### 🌡️ STOCKAGE

**2 °C à 8 °C**, à l'abri de la lumière.
Jamais de congélation.
Durée d'emploi indiquée ci-dessus.

### ✅ AVANT USAGE

Revenir à **température ambiante**.
Vérifier la limpidité.
Amorcer la pompe si besoin.

### ⚠ IMPORTANT

Flacon **strictement personnel**.
Ne pas partager l'embout.
Signaler toute irritation.

**STATUT DES DONNÉES**

Peptide innovant à usage expérimental : les données humaines restent limitées. La présence d'une publication n'établit ni l'efficacité ni l'innocuité pour un usage personnel. Le statut réglementaire doit être vérifié.



❄ **Conserver entre 2 °C et 8 °C**
7 à 14 j (spray) · 28 j (stylo) après reconstitution

☀ **À l'abri de la lumière**
Dans son emballage d'origine