PEPTIDES LABS

Selank 10 mg · spray 10 mL

Peptide anxiolytique — sérénité & cognition | spray nasal 10 mg en 10 mL

Peptides à usage professionnel
Réservé aux praticiens habilités. Signaler tout anxiolytique ou antidépresseur en cours.

CONCENTRATION	ÉTALON SPRAY	DOSE / BRUME
1 mg/mL	1 brume = 0,1 mL	100 µg

RECONSTITUTION

FLACON
10 mg de peptide

DILUANT
10 mL de sérum physiologique 0,9 % stérile

DURÉE D'EMPLOI
7 à 14 jours après reconstitution, 2–8 °C

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 BAS
2 brumes = 200 µg

RYTHME
1 à 2 fois/jour en cure

REMISE
Spray nasal prêt à l'emploi, **sans aiguille**

Conserver entre 2 °C et 8 °C
7 à 14 jours après reconstitution — ne pas congeler

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

LES DEUX PROTOCOLES

P-01
Sérénité
ANXIÉTÉ · STRESS

OBJECTIF	**Réduire l'anxiété et mieux gérer le stress au quotidien.**
DOSE	**1 à 3 brumes (100 à 300 µg), 1 à 2 fois/jour**
RYTHME	**Matin et/ou soir**
CYCLE	**2 à 4 semaines**
PAUSE	**Pause entre les cures**
SUIVI	**Anxiété, sommeil, tolérance**

P-02
Cognition
MÉMOIRE · CLARTÉ

OBJECTIF	**Soutenir l'attention et la clarté mentale.**
DOSE	**1 à 2 brumes (100 à 200 µg), 1 à 2 fois/jour**
RYTHME	**Le matin de préférence**
CYCLE	**2 à 4 semaines**
PAUSE	**Pause entre les cures**
SUIVI	**Concentration, qualité du sommeil**

CALENDRIER

ON · 2 à 4 semaines | **PAUSE**

Cure courte avec pause : l'effet s'évalue sur la sérénité et le sommeil, pas sur une prise isolée.

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 jours après reconstitution — ne pas congeler

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

PEPTIDES LABS

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.