

Valeriana Hevert® Beruhigungsdragees

Pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung

Valeriana Hevert Beruhigungsdragees

Überzogene Tabletten
Wirkstoffe: Baldrianwurzel-/Melissenblätter-/Passionsblumenkraut-Trockenextrakt
Pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung

Anwendungsgebiete

Bei Unruhezuständen und nervös bedingten Einschlafstörungen.

Falls diese Beschwerden länger als 2 Wochen andauern oder sich verschlimmern, muss ein Arzt aufgesucht werden.

Gegenanzeigen

Wann dürfen Valeriana Hevert Beruhigungsdragees nicht eingenommen werden?

Valeriana Hevert Beruhigungsdragees dürfen nicht eingenommen werden bei Überempfindlichkeit (Allergie) gegenüber den arzneilich wirksamen Bestandteilen oder einem der sonstigen Bestandteile.

Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung

Was ist bei Kindern und Jugendlichen zu berücksichtigen?
Zur Anwendung von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees bei Kindern liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Deshalb wird die Einnahme bei Kindern unter 12 Jahren nicht empfohlen.

Schwangerschaft und Stillzeit

Aus der verbreiteten Anwendung von Baldrianwurzel, Melissenblättern und Passionsblumenkraut als Arzneimittel haben sich bisher keine Anhaltspunkte für Risiken in der Schwangerschaft und in der Stillzeit ergeben. Ergebnisse experimenteller Untersuchungen liegen aber nicht vor. Sie sollten deshalb Valeriana Hevert Beruhigungsdragees in der Schwangerschaft und in der Stillzeit nicht einnehmen.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen

Sie sollten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees kein Kraftfahrzeug steuern, Maschinen bedienen oder Arbeiten ohne sicheren Halt durchführen, weil Ihr Reaktionsvermögen auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch beeinträchtigt werden kann. Dies gilt in verstärktem Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

Wechselwirkungen mit anderen Mitteln

Keine bekannt.
Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen bzw. vor kurzem eingenommen haben, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt.

Welche Nahrungsmittel und Getränke beeinflussen die Wirkung von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees?

Während der Anwendung dieses Arzneimittels sollten Sie möglichst keinen Alkohol trinken.

Dosierungsanleitung, Art und Dauer der Anwendung

Wie viel von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees und wie oft sollten Valeriana Hevert Beruhigungsdragees eingenommen werden?

Soweit nicht anders verordnet nehmen Erwachsene und Kinder über 12 Jahre

– zur Behandlung von Unruhezuständen bis zu 3-mal täglich 2 überzogene Tabletten (entsprechend 1,13 g Baldrianwurzel, 1,13 g Melissenblätter und 0,96 g Passionsblumenkraut).

– zur Behandlung von nervös bedingten Einschlafstörungen 2 überzogene Tabletten (entsprechend 1,13 g Baldrianwurzel, 1,13 g Melissenblätter und 0,96 g Passionsblumenkraut) eine 1/2 bis 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Falls notwendig können zusätzlich 2 überzogene Tabletten bereits früher im Verlauf des Abends eingenommen werden.

Überzogene Tabletten nicht im Liegen einnehmen. Nehmen Sie die überzogenen Tabletten bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

Wie lange sollten Valeriana Hevert Beruhigungsdragees eingenommen werden?

Die Anwendungsdauer von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees ist nicht prinzipiell begrenzt. Bei Anhalten der Beschwerden über 2 Wochen oder bei Verschlimmerung müssen Sie Rücksprache mit einem Arzt nehmen.

Nehmen Sie Valeriana Hevert Beruhigungsdragees immer genau nach den Anweisungen der Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind oder Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung dieses Arzneimittels zu stark oder zu schwach ist. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Überdosierung und andere Anwendungsfehler

Was ist zu tun, wenn Valeriana Hevert Beruhigungsdragees in zu großer Menge eingenommen wurden?

Wenn Sie versehentlich einmal das doppelte oder dreifache der vorgesehenen Dosierung (entspricht 4-6 überzogenen Tabletten) dieses Arzneimittels eingenommen haben, so hat dies in der Regel keine nachteiligen Folgen. Setzen Sie in diesem Fall die Einnahme so fort, wie es in der Dosierungsanleitung beschrieben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde. Falls Sie dieses Arzneimittel erheblich überdosiert haben, sollten Sie Rücksprache mit einem Arzt nehmen.

Was ist zu beachten, wenn die Einnahme von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees vergessen wurde?

Sollten Sie eine Einnahme vergessen haben, nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, sondern setzen Sie die Anwendung so fort, wie es in dieser Packungsbeilage angegeben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde.

Nebenwirkungen

Wie alle Arzneimittel kann dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben. Die Aufzählung umfasst alle bekannt gewordenen Nebenwirkungen unter der Behandlung mit Passionsblumenkraut, auch solche unter höherer Dosierung oder Langzeittherapie.

Welche Nebenwirkungen können bei der Einnahme von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees auftreten?

Sehr selten (entspricht 1 oder weniger von 10.000 Behandelten, einschließlich Einzelfälle) können allergische Hauterscheinungen auftreten.

Wenn Sie Nebenwirkungen beobachten, die nicht in dieser Gebrauchsinformation aufgeführt sind, teilen Sie diese bitte Ihrem Arzt oder Apotheker mit.

Hinweise und Angaben zur Haltbarkeit des Arzneimittels

Das Arzneimittel soll nach Ablauf des auf dem Behältnis und Umkarton angegebenen Verfallsdatums nicht mehr angewendet werden.

Wie sind Valeriana Hevert Beruhigungsdragees aufzubewahren?

Nicht über 25°C lagern! Vor Feuchtigkeit schützen!

Arzneimittel: Stets vor Kindern geschützt aufbewahren!

Zusammensetzung

1 überzogene Tablette enthält:

Arzneilich wirksame Bestandteile:

Baldrianwurzel-Trockenextrakt (3-6:1) 125,0 mg

Auszugsmittel: Ethanol 70 % (V/V)

Melissenblätter-Trockenextrakt (4-6:1) 112,5 mg

Auszugsmittel: Methanol 30 % (V/V)

Passionsblumenkraut-Trockenextrakt (5-7:1) 80,0 mg

Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V)

Sonstige Bestandteile: Arabisches Gummi, gebleichtes Wachs, Calciumcarbonat E 170, Croscarmellose Natrium, Carnaubawachs, Cellulosepulver, Glucose-Sirup (Trockensubstanz), Maltodextrin, Natriumsulfat E 514, Schellack, hochdisperses Siliciumdioxid, Stearinsäure (Ph.Eur.), Saccharose (Saccharose), Talkum, Tragant, Natriumchlorid, Wasser, Farbstoffe: Titandioxid E 171, Chinolingelb E 104, Indigocarmin E 132. Hinweis für Diabetiker: 1 überzogene Tablette enthält max. 0,02 Proteineinheiten (BE).

Darreichungsform und Packungsgrößen

20 N1 / 50 N1 / 100 N2 überzogene Tabletten zum Einnehmen.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller

Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG

In der Weiherwiese 1

D-55569 Nussbaum

Stand der Information

Dezember 2006

Zul.-Nr. 55732.00.00

Wir wollen Ihnen einige Informationen zu diesem Präparat und Ihrer Erkrankung geben.

Valeriana Hevert Beruhigungsdragees setzen die Reizbarkeit der nervösen Zentralorgane herab, wodurch je nach Dosierung eine Beruhigung oder ein erholsamer Schlaf herbeigeführt wird. Valeriana Hevert Beruhigungsdragees enthalten als rein pflanzliches Arzneimittel die Naturwirkstoffe Passionsblume, Baldrian und Melisse. Diese drei Pflanzenwirkstoffe sind seit langem als nebenwirkungsfreie, wirksame Arzneimittel bekannt, die eine beruhigende und ausgleichende Wirkung auf das zentrale Nervensystem ausüben.

Der Passionsblumenextrakt in Valeriana Hevert Beruhigungsdragees beruhigt und bewirkt einen normalen ruhigen Schlaf ohne Nachteile, wie z. B. Benommenheit, indem er Fehlsteuerungen des vegetativen Nervensystems beeinflusst; die für die Erholung wichtigen Schlafphasen bleiben erhalten und man wacht am nächsten Morgen ausgeruht auf. Die Passionsblume (*Passiflora incarnata*) ist eine im Süden Nordamerikas (z. B. Florida) vorkommende Schlingpflanze, die ihre schönen Blüten jeweils nur für einen Tag öffnet. Ihre Heilkraft war schon den Indios bekannt. In Europa wird sie bereits seit dem 16. Jahrhundert als Beruhigungs- und Schlafmittel verwendet.

■ Als wirksames Prinzip wurde unter anderem der Inhaltsstoff Maltol isoliert, der eine sedative (beruhigende), schlaffördernde und entkrampfende (spasmolytische) Wirkung besitzt.

■ Baldrian wirkt schlafleitend, hat aber, wie auch die Passionsblume, keinen negativen Einfluss auf den normalen Schlaf; die physiologischen Traumphasen bleiben erhalten. Außerdem zeichnet sich Baldrian bei nervöser Erschöpfung, geistiger Überarbeitung und motorischer Unruhe als Nervenberuhigungsmittel aus. Tagsüber wirkt Baldrian ausgleichend und beruhigend ohne zu ermüden; abends eingenommen fördert er die Schlafbereitschaft. Baldrian (*Valeriana officinalis*), auch Katzenwurzel genannt, stammt aus Europa und Asien und wird schon seit Jahrhunderten in der Volksheilkunde als Beruhigungsmittel verwendet. Zur Herstellung von Valeriana Hevert Beruhigungsdragees wird die Wurzel mit ihren wirksamen Bestandteilen, z. B. den Valerensäuren verwendet.

Die Melisse (*Melissa officinalis*) ist ein Gartenkraut, das seit langem in Europa kultiviert wird. Ihre Blätter enthalten ätherisches Öl mit feinem, zitronenartigem Duft, das auch für die Wirksamkeit verantwortlich ist. Melisse wirkt beruhigend und im Magen-Darm-Bereich krampflösend. Sie bewährt sich auch dann, wenn unangenehme Herzeempfindungen das Einschlafen erschweren.

Valeriana Hevert Beruhigungsdragees sind mit ihrer abgestimmten Kombination pflanzlicher Wirkstoffe besonders geeignet zur Behandlung nervös bedingter Unruhe am Tage und abendlicher Einschlafstörungen. Sie gleichen überschießende Reaktionen des Nervensystems z. B. in Belastungssituationen des Alltags aus, ohne dass auf Dauer die Gefahr einer Gewöhnung oder Abhängigkeit entsteht.

Unterstützend können folgende Maßnahmen hilfreich sein:

- Entspannungstechniken wie Yoga oder autogenes Training, aber auch sportliche Betätigungen, wie z. B. Schwimmen oder Radfahren sowie Spaziergänge in der Natur fördern das Wohlbefinden und sorgen für innere Ruhe und Ausgeglichenheit.
- Überfordern Sie sich nicht mit zu hohen Zielen und setzen Sie sich nicht selbst unter Druck. Lassen Sie den Alltag hinter sich und verwöhnen Sie sich beispielsweise mit Kino, Theater oder anderen Dingen, die Ihnen gut tun und Genuss bereiten.
- Nehmen Sie am Abend ein warmes Wannenbad mit angenehmen Duftessenzen oder entspannen Sie bei sanfter Musik bzw. einem guten Buch.
- Vollwertige und vitaminreiche Kost wie frisches Obst und Gemüse sollten Sie bevorzugen sowie regelmäßig und in Ruhe bzw. entspannter, angenehmer Atmosphäre speisen. Vermeiden Sie große Mengen Alkohol, er ist weder als Einschlafmittel noch als Stimmungsaufheller geeignet.
- Meiden Sie am Abend belebende, koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, Tee, Kakao oder Cola und üppige, schwere Mahlzeiten. Ein kleiner Imbiss hingegen kann angebracht sein.
- Im Schlafzimmer sollte frische und kühle Luft vorherrschen. Lüften Sie bevor Sie zu Bett gehen und achten Sie auf eine geeignete Matratze um Rückenbeschwerden vorzubeugen.

Wir wünschen Ihnen eine gute Besserung!

Ihr Hevert-Team

HEVERT



ARZNEIMITTEL
GmbH & Co. KG
In der Weiherwiese 1
D-55569 Nussbaum
Tel. (06751) 9100
E-Mail info@hevert.de
www.hevert.de