

## **GEBRAUCHSINFORMATION: INFORMATION FÜR ANWENDER**

### **Sidroga Schlaf- und Nerventee**

Wirkstoffe: Baldrianwurzel, Melissenblätter, Passionsblumenkraut, Pfefferminzblätter

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Anwendung dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.**

Wenden Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers an.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nach 14 Tagen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

### **Was in dieser Packungsbeilage steht**

1. Was ist **Sidroga Schlaf- und Nerventee** und wofür wird er angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Anwendung von Sidroga Schlaf- und Nerventee beachten?
3. Wie ist Sidroga Schlaf- und Nerventee anzuwenden?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Sidroga Schlaf- und Nerventee aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

### **1. WAS IST SIDROGA SCHLAF- UND NERVENTEE UND WOFÜR WIRD ER ANGEWENDET?**

Sidroga Schlaf- und Nerventee ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei Unruhezuständen und nervös bedingten Einschlafstörungen.

Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung.

Die Dauer der Anwendung ist prinzipiell nicht begrenzt. Wenn Sie sich nach 14 Tagen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

### **2. WAS SOLLTEN SIE VOR DER ANWENDUNG VON SIDROGA SCHLAF- UND NERVENTEE BEACHTEN?**

**Sidroga Schlaf- und Nerventee darf nicht angewendet werden,**

wenn Sie allergisch gegen Baldrianwurzel, Melissenblätter, Passionsblumenkraut, Pfefferminzblätter, einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile des Arzneimittels oder gegen Menthol sind.

### **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen**

Patienten mit einer gastroösophagealen Refluxerkrankung (Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre) sollten Zubereitungen mit Pfefferminzblättern meiden, da sich das Sodbrennen verstärken kann.

Patienten mit Gallenleiden (z.B. Gallensteinen) sollten bei der Einnahme vorsichtig sein.

### **Kinder und Jugendliche**

Da keine ausreichenden Daten vorliegen, wird die Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren nicht empfohlen.

### **Anwendung von Sidroga Schlaf- und Nerventee zusammen mit anderen Arzneimitteln**

Es wurden keine Wechselwirkungsstudien mit Sidroga Schlaf- und Nerventee durchgeführt.

Bei der gleichzeitigen Einnahme von anderen, auch synthetischen Schlaf- oder Beruhigungsmitteln ist eine gegenseitige Wirkungsverstärkung möglich. Diese Kombination benötigt ärztliche Diagnose und Aufsicht.

Die Wirkung von Baldrian kann durch den gleichzeitigen Genuss von großen Mengen Alkohol verstärkt werden.

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/anwenden, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen/angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel einzunehmen/anzuwenden.

### **Anwendung von Sidroga Schlaf- und Nerventee zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken**


Bislang sind bei der Anwendung von Sidroga Schlaf- und Nerventee keine Wechselwirkungen mit Nahrungsmitteln und/oder Getränken bekannt geworden.

### **Schwangerschaft und Stillzeit**

Wenn Sie schwanger sind oder stillen, oder wenn Sie vermuten schwanger zu sein oder beabsichtigen schwanger zu werden, fragen Sie vor der Anwendung dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Da keine ausreichenden Daten vorliegen, wird die Anwendung während der Schwangerschaft und in der Stillzeit nicht empfohlen.

### **Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen**

 Achtung: Dieses Arzneimittel kann die Reaktionsfähigkeit und Verkehrstüchtigkeit beeinträchtigen. Dies gilt im verstärkten Maße im Zusammenwirken mit Alkohol. Sidroga Schlaf- und Nerventee sollte bis zu 2 Stunden vor aktiver Teilnahme am Straßenverkehr oder dem Bedienen von Maschinen nicht mehr eingenommen werden.

### **3. WIE IST SIDROGA SCHLAF- UND NERVENTEE ANZUWENDEN?**

Wenden Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach der mit Ihrem Arzt oder Apotheker getroffenen Absprache an. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

Die empfohlene Dosis beträgt:

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren trinken 2- bis 3 mal täglich und vor dem Schlafengehen je 1 Tasse Tee.

Zum Trinken nach Bereitung eines Teeaufgusses.

#### **Zubereitung**

1 bis 2 Filterbeutel Sidroga Schlaf- und Nerventee werden mit ca. 150 ml siedendem Wasser übergossen und 10 bis 15 Minuten ziehen gelassen. Den bzw. die Beutel danach schwach ausdrücken und herausnehmen.

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung von Sidroga Schlaf- und Nerventee zu stark oder zu schwach ist.

#### **Wenn Sie eine größere Menge Sidroga Schlaf- und Nerventee angewendet haben, als Sie sollten**

Es wurden keine Fälle von Überdosierung berichtet.

Die Einnahme von Baldrianwurzel in der Dosierung von über 20 g (entspricht 29 oder mehr Filterbeuteln) führte in einem Einzelfall zu folgenden Symptomen: Müdigkeit, Bauchkrämpfe, Engegefühl in der Brust, Leeregefühl im Kopf, Zittern der Hände und Erweiterung der Pupillen. Diese Beschwerden waren nach 24 Stunden wieder abgeklungen. Bitte wenden Sie sich bei erheblicher Überdosierung an Ihren Arzt. Spezielle Maßnahmen sind nicht bekannt, die Therapie erfolgt symptomatisch.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

### **4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?**

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Beobachtet wurden:

Magen-Darm-Beschwerden und allergische Hauterscheinungen (Juckreiz, Ausschlag).

Ein gastroösophagealer Reflux (Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre) kann sich verschlechtern und Sodbrennen kann verstärkt werden.

Angaben zur Häufigkeit des Auftretens der Nebenwirkungen können nicht gemacht werden.

#### **Meldung von Nebenwirkungen**

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt über das nationale Meldesystem anzeigen:

Bundesamt für Sicherheit im Gesundheitswesen  
Traisengasse 5  
1200 Wien  
Österreich  
Fax: + 43 (0) 50 555 36207  
Website: <http://www.basg.gv.at/>

Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

## **5. WIE IST SIDROGA SCHLAF- UND NERVENTEE AUFZUBEWAHREN?**

Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerungsbedingungen erforderlich.

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Kuvert/der Faltschachtel nach <Verwendbar bis> angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

## **6. INHALT DER PACKUNG UND WEITERE INFORMATIONEN**

### **Was Sidroga Schlaf- und Nerventee enthält**

Die Wirkstoffe sind: Baldrianwurzel (*Valerianae radix*), Melissenblätter (*Melissae folium*), Passionsblumenkraut (*Passiflorae herba*), Pfefferminzblätter (*Menthae piperitae folium*)

1 Filterbeutel enthält: 0,7 g Baldrianwurzel, 0,4 g Melissenblätter, 0,3 g Passionsblumenkraut, 0,3 g Pfefferminzblätter

Die sonstigen Bestandteile sind: Anis (*Anisi fructus*), Rosmarinblätter (*Rosmarini folium*) und Süßholzwurzel (*Liquiritiae radix*)

### **Wie Sidroga Schlaf- und Nerventee aussieht und Inhalt der Packung**

Arzneitee in Faltschachtel mit 20 Papierfilterbeuteln à 2,0 g in Aromaschutzverpackung.

### **Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller**

Sidroga Gesellschaft für Gesundheitsprodukte mbH  
Postfach 1262  
56119 Bad Ems  
Deutschland  
[info@sidroga.com](mailto:info@sidroga.com)

**Reg.-Nr.:**  
**HERB-00084**

**Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im März 2014.**