Valeriana NIGHT ratiopharm® - Packungsbeilage

Nahrungsergänzungsmittel

Valeriana NIGHT ratiopharm® Hartgelatine Kapseln für die Nacht mit 5 charakteristischen Inhaltsstoffen: Melatonin, Hopfen-, Baldrian- und Passionsblumenextrakt, L-Tryptophan.

Ein gesunder und erholsamer Schlaf ist wichtig für einen guten Start in den Tag. Neueste Untersuchungen zeigen, dass ein Viertel aller Österreicher von Schlafstörungen betroffen ist. Das körperliche und geistige Wohlbefinden wird dadurch erheblich beeinträchtigt. Schlafstörungen können durch Unruhe, Anspannung und Nervosität ausgelöst werden. Valeriana NIGHT ratiopharm® trägt zu einem ruhigen, gesunden und entspannten Schlaf bei. Dabei werden leichte Stresssymptome reduziert und die Einschlafzeit verkürzt.

Wofür wird Valeriana NIGHT ratiopharm® angewendet?

Valeriana NIGHT ratiopharm® ist ein Nahrungsergänzungsmittel, welches 5 charakteristische Inhaltsstoffe beinhaltet: Melatonin, Hopfen-, Baldrian- und Passionsblumenextrakt, L-Tryptophan. Die in Valeriana NIGHT ratiopharm® enthaltenen Substanzen helfen die Einschlafzeit zu verkürzen und fördern einen ruhigen, gesunden und entspannten Schlaf. Das in Valeriana NIGHT ratiopharm® enthaltene Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen (ca. 30 Minuten) 1 mg Melatonin aufgenommen wird.

Welche charakteristischen Eigenschaften hat Valeriana NIGHT ratiopharm®?

Valeriana NIGHT ratiopharm® ist ein Nahrungsergänzungsmittel, welches die körpereigene Substanz Melatonin enthält. Diese steuert den Tag-Nacht-Rhythmus unseres Körpers. Melatonin trägt zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.

Valeriana NIGHT ratiopharm® beinhaltet außerdem 3 pflanzliche Inhaltsstoffe. Baldrian ist bekannt dafür, einen natürlichen Schlaf aufrechtzuerhalten, das geistige Wohlbefinden zu unterstützen und zur optimalen Entspannung zu verhelfen. Hopfen erlangte durch seinen nachgewiesenen beruhigenden Effekt auf das zentrale Nervensystem Bedeutsamkeit. Die Passionsblume fördert bekanntlich eine schnell eintretende Entspannung.

Valeriana NIGHT ratiopharm® enthält darüber hinaus die essentielle Aminosäure L-Tryptophan, welche als Vorstufe des Serotonins und des schlaffördernden Hormons Melatonin bekannt ist.

Um mit der Kraft der Natur locker durch den Tag zu kommen, erhalten Sie Valeriana DAY ratiopharm® in Ihrer Apotheke.

Wie ist Valeriana NIGHT ratiopharm® anzuwenden?
Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren: ca. 30 Minuten vor dem Schlafengehen 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

Die empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil verwendet werden.

Zu beachten:

- Valeriana NIGHT ratiopharm® ist für Schwangere, Stillende und Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet.
- Die Verwendung von Valeriana NIGHT ratiopharm® bei gleichzeitigem Konsum von Alkohol wird nicht empfohlen.
- Die Verwendung von Valeriana NIGHT ratiopharm® in Kombination mit Beruhigungsmitteln wird nicht empfohlen.
- Die Anwendung von Valeriana NIGHT ratiopharm® kann Schläfrigkeit verursachen und die Verkehrstüchtigkeit sowie die Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen beeinträchtigen.

Was beinhaltet eine Packung Valeriana NIGHT ratiopharm®?
Valeriana NIGHT ratiopharm® sind Hartgelatine Kapseln.
Blisterpackungen zu 30 Stück.

Wo ist Valeriana NIGHT ratiopharm® erhältlich?
Sie erhalten Valeriana NIGHT ratiopharm® ausschließlich in Apotheken.

Wie ist Valeriana NIGHT ratiopharm® aufzubewahren?
Produkt bei Raumtemperatur (nicht über 25°C), trocken, in der Originalpackung und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Dieses Produkt ist bis zu dem auf der Verpackung angegebenen Datum haltbar. Das Verfallsdatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

Was ist in Valeriana NIGHT ratiopharm® enthalten?

Zutaten: L-Tryptophan; Hopfenzapfen-Trockenextrakt (4:1); Baldrianwurzel-Trockenextrakt (4:1); Passionsblumenkraut-Trockenextrakt (4:1); Melatonin; Trägerstoff: Talkum; Trägerstoff: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Trägerstoff: Siliciumdioxid; Rindergelatine; Farbstoff: Titandioxid.

Lactose- und glutenfrei

Zusammensetzung

	pro empfohlener Dosierung (1 Kapsel)
L-Tryptophan	250 mg
Hopfenextrakt	150 mg
Baldrianextrakt	60 mg
Passionsblumenextrakt	40 mg
Melatonin	1 mg

Um mit der Kraft der Natur locker durch den Tag zu kommen, erhalten Sie Valeriana DAY ratiopharm® in Ihrer Apotheke.

Vertrieb:
ratiopharm Arzneimittel Vertriebs-GmbH
Donau-City-Straße 11/ Ares Tower/ top 13
1220 Wien

Stand der Information: 03/2018