

Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

Baldrian uno 500 mg, Filmtabletten

Wirkstoff: Baldrianwurzel-Trockenextrakt

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.

Dieses Arzneimittel ist ohne Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss Baldrian uno 500 mg jedoch vorschriftsgemäß eingenommen werden.

- 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.

Diese Packungsbeilage beinhaltet:

1. **Was ist Baldrian uno 500 mg und wofür wird es angewendet?**
2. **Was sollten Sie vor der Einnahme von Baldrian uno 500 mg beachten?**
3. **Wie ist Baldrian uno 500 mg einzunehmen?**
4. **Welche Nebenwirkungen sind möglich?**
5. **Wie ist Baldrian uno 500 mg aufzubewahren?**
6. **Inhalt der Packung und weitere Informationen**

1. **Was ist Baldrian uno 500 mg und wofür wird es angewendet?**

Baldrian uno 500 mg ist ein pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung.

Baldrian uno 500 mg wird angewendet zur Linderung leichter nervös bedingter Unruhezustände und Schlafstörungen.

2. **Was sollten Sie vor der Einnahme von Baldrian uno 500 mg beachten?**

Baldrian uno 500 mg darf nicht eingenommen werden

- wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegenüber Baldrianwurzel-Extrakt oder einem der sonstigen Bestandteile von Baldrian uno 500 mg sind.

Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Baldrian uno 500 mg einnehmen.

Baldrian uno 500 mg enthält Natrium.

Dieses Arzneimittel enthält weniger als 1mmol Natrium (23 mg) pro Filmtablette, d.h. es ist nahezu „natriumfrei“.

Kinder und Jugendliche

Die Einnahme von Baldrian uno 500 mg wird für Kinder unter 12 Jahren nicht empfohlen.

Einnahme von Baldrian uno 500 mg zusammen mit anderen Arzneimitteln

Wechselwirkungen zwischen Baldrian uno 500 mg und anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.

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

Schwangerschaft und Stillzeit

Aufgrund fehlender wissenschaftlicher Daten, sollten Sie vorsichtshalber während der Schwangerschaft und Stillzeit Baldrian uno 500 mg nicht einnehmen.

Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen

Sie sollten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme von Baldrian uno 500 mg sich nicht an das Steuer eines Kraftfahrzeuges setzen, Maschinen bedienen oder Arbeiten ohne sicheren Halt durchführen, weil ihr Reaktionsvermögen auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch beeinträchtigt werden kann.

Sollten Sie sich länger beeinträchtigt fühlen, dürfen Sie solange nicht an das Steuer eines Kraftfahrzeuges sitzen oder Maschinen bedienen, wie Sie sich beeinträchtigt fühlen.

3. Wie ist Baldrian uno 500 mg einzunehmen?

Nehmen Sie Baldrian uno 500 mg immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

Die empfohlene Dosis ist:

Kinder über 12 Jahre, Jugendliche und Erwachsene:

Bei leichten nervös bedingten Unruhezuständen	Bei Schlafstörungen
bis zu 3x täglich 1 Filmtablette	½ bis 1 Stunde vor dem Schlafengehen 1 Filmtablette; bei Bedarf eine weitere Filmtablette früher am Abend

Maximale Dosierung

Sie sollten nicht mehr als 4 Filmtabletten täglich zu sich nehmen.

Art der Anwendung

Nehmen Sie Baldrian uno 500 mg Tabletten bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (z.B. ein Glas Trinkwasser 200 ml). Die Einnahme von Baldrian uno 500 mg kann unabhängig von den Mahlzeiten erfolgen.

Dauer der Anwendung

Um einen optimalen Behandlungserfolg zu erzielen, sollten Sie Baldrian uno 500 mg Tabletten 2-4 Wochen lang durchgehend einnehmen.

Wenn sich ihre Beschwerden nach einer Behandlungsdauer von 2 Wochen nicht verbessern oder sich sogar verschlimmert haben, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

Wenn Sie eine größere Menge von Baldrian uno 500 mg eingenommen haben, als Sie sollten

Bei einer erheblichen Überdosierung wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt. Eine Überdosierung von Baldrian uno 500 mg kann zu Müdigkeitserscheinungen, Magenkrämpfen, Engegefühl in der Brust, Benommenheit, Händezittern und Pupillenerweiterung führen. Bei Auftreten der genannten Beschwerden sollten Sie unverzüglich Ihren Arzt aufsuchen.

Wenn Sie die Einnahme von Baldrian uno 500 mg vergessen haben

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Baldrian uno 500 mg Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Nach der Einnahme von baldrianwurzelhaltigen Medikamenten können Magen-Darm-Beschwerden wie Darmkrämpfe oder Übelkeit auftreten. Wie häufig diese Beschwerden auftreten, ist nicht bekannt.

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 dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger Allee 3, D-53175 Bonn, Website: www.bfarm.de anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

5. Wie ist Baldrian uno 500 mg aufzubewahren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Nicht über 30°C lagern.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf der Durchdrückpackung und dem Karton angegebenen Verfalldatum nicht mehr anwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

Das Arzneimittel darf nicht im Abwasser oder Haushaltsabfall entsorgt werden. Fragen Sie Ihren Apotheker wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr benötigen. Diese Maßnahme hilft, die Umwelt zu schützen.

6. Weitere Informationen

Was Baldrian uno 500 mg enthält

1 Filmtablette enthält:

Wirkstoff:

500 mg Trockenextrakt aus Baldrianwurzel (3-6:1), Auszugsmittel: Ethanol 70% V/V

Sonstige Bestandteile:

Mikrokristalline Cellulose, Croscarmellose-Natrium, Hypromellose, Magnesiumstearat, Methylcellulose, hydriertes Rizinusöl, Saccharin-Natrium, gefälltes Siliciumdioxid, Simeticon, Sorbinsäure (E 200), Stearinsäure, Talkum, Vanillin, Titandioxid (E171), Indigocarmin (E132).

Wie Baldrian uno 500 mg aussieht und Inhalt der Packung

Baldrian uno 500 mg sind längliche, blaue Filmtabletten.

Es sind Packungsgrößen zu 20, 25, 40, 50 und 80 Filmtabletten erhältlich.

Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller

Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG

Willmar-Schwabe-Str. 4

D - 76227 Karlsruhe

Deutschland

Dieses Arzneimittel ist in den Mitgliedsstaaten des Europäischen Wirtschaftsraumes (EWR) unter den folgenden Bezeichnungen zugelassen:

Belgien: Dormiplant

Deutschland: Baldrian uno 500 mg

Niederlande: Dormiplant Valeriaan

Portugal: Livetan

Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt überarbeitet im März 2019