

BIJSLUITER

Bijsluiter: informatie voor de gebruiker

Vemedia Valeriaan 450 mg, omhulde tabletten Droog extract van de wortel van *Valeriana officinalis* (3-6:1)

Lees goed de hele bijsluiter voordat u dit geneesmiddel gaat gebruiken want er staat belangrijke informatie in voor u.

Gebruik dit geneesmiddel altijd precies zoals beschreven in deze bijsluiter of zoals uw arts of apotheker u dat heeft verteld.

- Bewaar deze bijsluiter. Misschien heeft u hem later weer nodig.
- Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met uw apotheker.
- Krijgt u last van een van de bijwerkingen die in rubriek 4 staan? Of krijgt u een bijwerking die niet in deze bijsluiter staat? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.
- Wordt uw klacht na 14 dagen niet minder, of wordt hij zelfs erger? Neem dan contact op met uw arts.

Inhoud van deze bijsluiter

1. Wat is Vemedia Valeriaan 450 mg en waarvoor wordt dit middel gebruikt?
2. Wanneer mag u Vemedia Valeriaan 450 mg niet innemen of moet u er extra voorzichtig mee zijn?
3. Hoe neemt u Vemedia Valeriaan 450 mg in?
4. Mogelijke bijwerkingen
5. Hoe bewaart u Vemedia Valeriaan 450 mg?
6. Inhoud van de verpakking en overige informatie

1. Wat is Vemedia Valeriaan 450 mg en waarvoor wordt dit middel gebruikt?

Vemedia Valeriaan 450 mg is een kruidengeneesmiddel is dat wordt gebruikt ter verlichting van lichte nervositeit en bij slaapmoelijkheden.

Vemedia Valeriaan 450 mg is bedoeld voor gebruik bij volwassenen en kinderen ouder dan 12 jaar.

2. Wanneer mag u Vemedia Valeriaan 450 mg niet innemen of moet u er extra voorzichtig mee zijn?

Wanneer mag u Vemedia Valeriaan 450 mg niet gebruiken?

U bent allergisch voor een van de stoffen in dit geneesmiddel. Deze stoffen kunt u vinden in rubriek 6.

Wanneer moet u extra voorzichtig zijn met dit middel?

Raadpleeg uw arts als uw symptomen langer aanhouden dan 2 weken of als ze verergeren.

Kinderen

Niet aanbevolen bij kinderen jonger dan 12 jaar.

Gebruikt u nog andere geneesmiddelen?

Gebruik Vemedia Valeriaan 450 mg niet samen met geneesmiddelen die sufheid veroorzaken (zoals synthetische kalmeringsmiddelen).

Gebruikt u naast Vemedia Valeriaan 450 mg nog andere geneesmiddelen, heeft u dat kort geleden gedaan of bestaat de mogelijkheid dat u in de nabije toekomst andere geneesmiddelen gaat gebruiken? Vertel dat dan uw arts of apotheker.

Waarop moet u letten met eten en drinken?

Inname van Vemedia Valeriaan 450 mg met of zonder voedsel heeft geen invloed op de werking.

Zwangerschap, borstvoeding en vruchtbaarheid

Bent u zwanger, denkt u zwanger te zijn, wilt u zwanger worden of geeft u borstvoeding? Neem dan contact op met uw arts of apotheker voordat u dit geneesmiddel gebruikt.

Gebruik Vemedia Valeriaan 450 mg niet tijdens de zwangerschap of de periode van borstvoeding. Er zijn geen gegevens over de veiligheid van Vemedia Valeriaan 450 mg tijdens de zwangerschap of de periode van borstvoeding.

Vraag advies aan uw arts of apotheker voor u een geneesmiddel inneemt tijdens de zwangerschap of de periode van borstvoeding.

Rijvaardigheid en het gebruik van machines

Vemedia Valeriaan 450 mg kan sufheid veroorzaken. Als dit bij u het geval is, rijd dan niet en gebruik geen gereedschap of machines.

Valdispert 450 mg bevat glucose en sucrose

Valdispert 450 mg bevat glucose (103 mg per tablet) en sucrose (268 mg per tablet). Als uw arts u heeft meegedeeld dat u bepaalde suikers niet verdraagt, neem dan contact op met uw arts voordat u dit geneesmiddel inneemt.

Vemedia Valerian 450 mg bevat natrium

Dit middel bevat minder dan 1 mmol natrium (23 mg) per tablet, dat wil zeggen dat het in wezen 'natriumvrij' is.

3. Hoe neemt u Vemedia Valeriaan 450 mg in?

Oraal gebruik.

Neem dit geneesmiddel altijd precies in zoals beschreven in deze bijsluiter of zoals uw arts of apotheker u dat heeft verteld. Twijfelt u over het juiste gebruik? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.

De aanbevolen dosering bij volwassenen en kinderen ouder dan 12 jaar is:

- Ter verlichting van lichte nervositeit: 1 tablet 3 maal per dag.
- Bij slaapmoelijkheden: 1 tablet een halfuur tot een uur voor het slapengaan, indien nodig met nog 1 extra tablet vroeger in de avond.

Maximale dagdosering: 4 tabletten.

De tabletten moeten in hun geheel worden ingenomen met wat water. Kauw de tabletten niet.

Als de symptomen langer dan 14 dagen aanhouden, moet u een arts raadplegen.

Gebruik bij kinderen

Vemedia Valeriaan 450 mg wordt niet aanbevolen bij kinderen jonger dan 12 jaar

Heeft u te veel van Vemedia Valeriaan 450 mg ingenomen?

Raadpleeg uw arts of apotheker als u meer dan de aanbevolen dosering heeft ingenomen, en neem deze bijsluiter mee. Gewoonlijk zijn er geen gevolgen als u 1 of 2 tabletten meer inneemt dan aanbevolen.

De symptomen van overdosering (in geval u meer tabletten inneemt dan u mocht) zijn vermoeidheid, buikkrampen, benauwdheid op de borstkas, licht in het hoofd, beven van de handen en verwijde pupillen (mydriase).

Bent u vergeten Vemedia Valeriaan 450 mg in te nemen?

Als u vergeet een tablet in te nemen, moet u de behandeling op het gebruikelijke tijd voortzetten. Het is niet erg als u een tablet mist. Neem geen dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen.

Als u stopt met het innemen van Vemedia Valeriaan 450 mg

U kunt de inname van dit geneesmiddel stopzetten wanneer u wilt.

Heeft u nog andere vragen over het gebruik van dit geneesmiddel? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.

4. Mogelijke bijwerkingen

Zoals elk geneesmiddel kan ook dit geneesmiddel bijwerkingen hebben, al krijgt niet iedereen daarmee te maken.

Tijdens behandeling met dit geneesmiddel kunnen maag-darmklachten, zoals misselijkheid of buikpijn optreden. De frequentie van deze bijwerkingen is niet bekend.

Het melden van bijwerkingen

Krijgt u last van bijwerkingen, neem dan contact op met uw arts of apotheker. Dit geldt ook voor mogelijke bijwerkingen die niet in deze bijsluiter staan. U kunt bijwerkingen ook rechtstreeks melden via het Nederlands Bijwerkingen Centrum Lareb, website: www.lareb.nl. Door bijwerkingen te melden, kunt u ons helpen meer informatie te verkrijgen over de veiligheid van dit geneesmiddel.

5. Hoe bewaart u Vemedia Valeriaan 450 mg?

Bewaren onder 25°C.

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden.

Gebruik dit geneesmiddel niet meer na de uiterste houdbaarheidsdatum. Die is te vinden op de doos en de blisterverpakking. Daar staan een maand en een jaar. De laatste dag van die maand is de uiterste houdbaarheidsdatum.

Spoel geneesmiddelen niet door de gootsteen of de WC en gooi ze niet in de vuilnisbak. Vraag uw apotheker wat u met geneesmiddelen moet doen die u niet meer gebruikt. Ze worden dan op een verantwoorde manier vernietigd en komen niet in het milieu terecht.

6. Inhoud van de verpakking en overige informatie**Welke stoffen zitten er in Vemedia Valeriaan 450 mg?**

- De werkzame stof in dit middel is droog extract van de wortel van *Valeriana officinalis*. Elke omhulde tablet bevat 450 mg droog extract (DER 3-6:1) van *Valeriana officinalis* L., radix (equivalent aan 1.350 mg - 2.700 mg valeriaanwortel). Extractiemiddel: ethanol 70% (V/V).
- De andere stoffen in dit middel zijn:
Tabletkern: vloeibare glucose (gesproeidroogd), watervrij colloïdaal siliciumdioxide (E551), cellulose in poedervorm (E460), natriumcroscarmellose, stearinezuur en talk (E553b).
Tabletcoating: sucrose, talk, calciumcarbonaat (E170), acacia, tragacanth (E413), titaandioxide (E171), vloeibare glucose (gesproeidroogd), Capol 600 T.S. (bevat witte bijenwas (E901), carnaubawas (E903) en schellak (E904)).

Hoe ziet Vemedia Valeriaan 450 mg eruit en hoeveel zit er in een verpakking?

Vemedia Valeriaan 450 mg is een witte, glanzende, ronde, biconvexe omhulde tablet. De tabletten zijn verpakt in pvc/pvdc-alu-blisterverpakkingen, die te verkrijgen zijn in verpakkingen met 10, 20, 30, 40 of 50 tabletten.

Niet alle genoemde verpakkingsgrootten worden in de handel gebracht.

Houder van de vergunning voor het in de handel brengen en fabrikant

Vemedia Manufacturing B.V.
Verrijn Stuartweg 60
1112 AX Diemen

RVG-nummer 118675

Dit medicijn is geregistreerd in lidstaten van de Europese Economische Ruimte onder de volgende namen:

Nederland:	Vemedia Valeriaan 450 mg, omhulde tabletten
Frankrijk:	VALERIANE VEMEDIA, comprimé enrobé
Italië:	Valeriana Vemedia 450 mg compresse rivestite
Griekenland:	Valemarex 450 mg, επικαλυμμένα δισκία

Deze bijsluiter is voor het laatst goedgekeurd in augustus 2022.