

## Klybeck – Apotheke informiert:

### Natürliche Medikamente für das Nervensystem:

#### Psychostimulans auf pflanzlicher Basis: **Ginkgo**

- Anwendungsmöglichkeit: Konzentrationsmangel, Vergesslichkeit, Schwindelgefühl und Müdigkeit infolge altersbedingter, zerebraler Durchblutungsstörungen.
- Morgens und abends jeweils 120 mg einnehmen.
- Für Schüler mit Problemen: 1 Monat vor der Prüfung mit der Behandlung beginnen. Jedoch: Wenn der Kopf „leer“ ist, dann hilft auch kein Psychostimulans!
- Sinnvoll ist eine Kur von drei Monaten, dann Pause für 2-3 Monate und dann erneute Kur
- Produkt:
  - Symfona: 2x täglich 2 Kapseln einnehmen.
  - Symfona forte: 1 Kapsel 2x täglich einnehmen.

#### Bei Angst und zur Beruhigung: **Passiflora**

- Anwendungsmöglichkeit Passiflora: Spannungszustände, innere Unruhe, Reizbarkeit, Nervosität
- Produkt: Valverde Entspannungsdragée (2 bis 3 mal täglich, mit Vorteil während einem Monat)

#### Bei Prüfungsangst und nervösen Magen-Darm-Beschwerden: **Passiflora** kombiniert mit **Baldrian** und **Pestwurz**

- Anwendungsmöglichkeiten: Nervöse Spannungszustände, die sich in Unruhe, krampfartigen, nervösen Magen-Darm-Beschwerden und erhöhter Reizbarkeit äussern können, sowie bei Prüfungsangst.
- Produkt: Valverde Entspannungsdragée (3 mal täglich 1 Dragée nach dem Essen)

#### Behandlung der leichten Depression: **Johanniskraut**

- Anwendungsmöglichkeit Johanniskraut: Bei gedrückter Stimmung, Stimmungslabilität, Antriebsmangel, Unausgeglichenheit sowie bei Spannungszuständen, innerer Unruhe, Reizbarkeit und damit Ein- und Durchschlafstörungen.
- entfaltet Wirkung langsam, deshalb kann die Wirksamkeit frühestens nach einer Woche beurteilt werden.
- Vorsicht bei Personen, die mit blutgerinnungshemmenden Substanzen (Marcourmar), Immunsuppressiva (Sandimmun,..), Medikamente gegen AIDS behandelt werden.
- Phototoxisch: Deshalb Vorsicht in Sonne und Solarium
- Produkte: Jarsin (3 mal täglich 300mg oder 2 mal täglich 450 mg, mindestens 1 Monat)

### Zum Schlafen: **Baldrian** (meist in Kombination mit **Hopfen**)

- Anwendungsmöglichkeit Baldrian und Hopfen: Einschlaf- und Durchschlafstörungen sowie unruhiger Schlaf.
- Wichtig: Die Wirkung kommt erst nach einigen Tagen. Patienten, die von einem chemischen Schlafmittel zu Baldrian wechseln wollen, sollten deshalb erst nach 3-4 Tagen Therapie mit Baldrian auf das chemische Schlafmittel verzichten.
- Produkte: Valverde Schlafdragées (1 Dragée mindestens während einer Woche)

#### **HINWEIS:**

**Die Angaben ersetzen nicht die Beratung in der Apotheke. Für ausführliche Informationen wird zudem auf die entsprechenden Hinweise in der Packung verwiesen.**

#### **STAND DER INFORMATIONEN:**

Feb 09