

## **GEBRAUCHSINFORMATION: INFORMATION FÜR DEN ANWENDER**

### **DR. KOTTAS NERVEN- SCHLAFTEE**

Wirkstoffe:

Baldrianwurzel (Valerinae radix)

Melissenblatt (Melissae folium)

**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 Dr. Kottas Nerven-Schlaftee 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 sich Ihre Beschwerden verschlimmern oder nach 14 Tagen keine Besserung eintritt, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

**Diese Packungsbeilage beinhaltet:**

1. Was ist Dr. Kottas Nerven-Schlaftee und wofür wird er angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Dr. Kottas Nerven-Schlaftee beachten?
3. Wie ist Dr. Kottas Nerven-Schlaftee einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Dr. Kottas Nerven-Schlaftee aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

#### **1. WAS IST DR. KOTTAS NERVEN-SCHLAFTEE UND WOFÜR WIRD ER ANGEWENDET?**

Dr. Kottas Nerven-Schlaftee ist ein Arzneitee mit den Wirkstoffen Baldrianwurzel und Melissenblätter. Baldrianwurzel ist entspannend und schlaffördernd, Melissenblätter wirken beruhigend.

Dr. Kottas Nerven-Schlaftee ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei milden nervös bedingten Unruhezuständen, leichten Stresssymptomen und Einschlafstörungen.

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

#### **2. WAS MÜSSEN SIE VOR DER EINNAHME VON DR. KOTTAS NERVEN-SCHLAFTEE BEACHTEN?**

**Dr. Kottas Nerven-Schlaftee darf nicht eingenommen werden,**

wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen einen der Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile des Tees sind.

## **Besondere Vorsicht bei der Einnahme von Dr. Kottas Nerven-Schlaftee ist erforderlich**

Keine Angaben.

### **Bei Einnahme von Dr. Kottas Nerven-Schlaftee mit anderen Arzneimitteln**

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

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 dieses Arzneimittels kann durch den gleichzeitigen Genuss von großen Mengen Alkohol verstärkt werden.

### **Schwangerschaft und Stillzeit**

Fragen Sie vor der Anwendung von allen Arzneimitteln Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Bisher gibt es keine Anhaltspunkte für Risiken bei der Anwendung von Dr. Kottas Nerven- Schlaftee in der Schwangerschaft und Stillzeit. Ergebnisse von Untersuchungen zur Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit liegen aber nicht vor. Bei der Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit ist Vorsicht geboten.

### **Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen**



Achtung: Dieses Arzneimittel kann die Reaktionsfähigkeit und die Verkehrstüchtigkeit beeinträchtigen. Dies gilt in verstärktem Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

## **3. WIE IST DR. KOTTAS NERVEN-SCHLAFTEE EINZUNEHMEN?**

Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.  
Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis:

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren:

Bei milden nervös bedingten Unruhezuständen und leichten Stresssymptomen:  
3 mal täglich 1 Tasse Tee

Bei Einschlafstörungen:  
½ Stunde vor dem Schlafengehen 1-2 Tassen Tee

Kinder von 2-12 Jahren:

Bei milden nervös bedingten Unruhezuständen und leichten Stresssymptomen:  
2 mal täglich 1 Tasse Tee

Bei Einschlafstörungen:  
½ Stunde vor dem Schlafengehen 1 Tasse Tee

Pro Tasse (125 ml) 1 Filterbeutel mit kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Danach Filterbeutel gut ausdrücken und den Tee lauwarm schluckweise trinken. Der Tee kann nach Geschmack gesüßt werden.

Wenn sich die Beschwerden verschlimmern oder nach 14 Tagen keine Besserung eintritt, muss ein Arzt aufgesucht werden.

Die Anwendung bei Kindern unter 2 Jahren wird nicht empfohlen, da keine ausreichenden Daten vorliegen.

**Wenn Sie eine größere Menge von Dr. Kottas Nerven-Schlaftee eingenommen haben, als Sie sollten**

Bisher wurden keine Fälle von Überdosierung mit Dr. Kottas Nerven-Schlaftee berichtet.

Baldrianwurzel verursachte in einer Dosierung von ca. 20 g (das entspricht etwa 31 Filterbeuteln) folgende Symptome: Müdigkeit, Bauchkrämpfe, Engegefühl in der Brust, Benommenheit, Zittern der Hände und weite Pupillen. Diese waren innerhalb von 24 Stunden wieder abgeklungen. Spezielle Maßnahmen sind nicht bekannt, die Therapie erfolgt symptomatisch.

Bei Auftreten von Symptomen einer Überdosierung sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

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

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

Wie alle Arzneimittel kann Dr. Kottas Nerven-Schlaftee Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker, wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind.

Magen – Darmbeschwerden wie Übelkeit und Bauchkrämpfe sind beobachtet worden.

Die Häufigkeit des Auftretens ist nicht bekannt.

#### **5. WIE IST DR. KOTTAS NERVEN-SCHLAFTEE AUFZUBEWAHREN?**

Nicht über 25°C lagern.

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und dem Sachet mit „Verwendbar bis:“ bzw. „Verw.bis:“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr anwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.

## **6. WEITERE INFORMATIONEN**

### **Was Dr. Kottas Nerven-Schlaftee enthält**

Die Wirkstoffe sind :

Baldrianwurzel

Melissenblatt

1 Filterbeutel enthält

0,64 g Baldrianwurzel (Valerianae radix)

0,4 g Melissenblätter (Melissae folium)

Die sonstigen Bestandteile sind:

Pfefferminzblätter (Menthae piperitae folium)

Orangenblüten (Aurantii flos)

Süßholzwurzel (Liquiritiae radix)

### **Wie Dr. Kottas Nerven-Schlaftee aussieht und Inhalt der Packung**

Arzneitee

Die Heilkräutermischung ist in 20 Doppelkammerfilterbeuteln zu 1,6 g abgepackt, gebrauchsfertig dosiert, inhaltsstoff- und aromageschützt im alubeschichteten Sachtet.

### **Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller**

Kottas Pharma GmbH , 1230 Wien

e-mail: info@kottas.at

**Reg.Nr.:**

**Diese Gebrauchsinformation wurde zuletzt genehmigt im Mai 2011**