

## **Bien dormir+valeriana forte 10 cps FITERMAN**



### **COMPOZITIE**

Lactoza monohidrat, extract de valeriana, extract de passiflora, extract de musetel, talc, stearat de magneziu.

- Extract hidroalcoolic uscat din radacina de valeriana (*Valeriana officinalis*) standardizat in acizi valerениci 250 mg/capsula
- Extract hidroalcoolic uscat din partea aeriana de passiflora (*Passiflora incarnata*) standardizat in vitexina 80 mg/capsula
- Extract hidroalcoolic uscat din flori de musetel (*Matricaria chamomilla*) standardizat in apigenol 40 mg/capsula

### **INDICATII**

BIENDORMIR VALERIANA FORTE ESTE INDICAT IN:

- tulburari ale duratei si calitatii somului
- insomniile cauzate de starile de neliniste, stres, tensiune nervoasa

### **DOZE SI MOD DE ADMINISTRARE**

- Adolescenti peste 16 ani si adulti: 1 capsula/ zi

Administrarea se face cu aproximativ o ora inainte de culcare dupa care se recomanda repaus la pat. Durata de administrare recomandata este de 2-4 saptamani.

### **PRECAUTII DE UTILIZARE**

- Este contraindicat in cazul hipersensibilitatii la ingrediente.
- In absenta datelor de siguranta privind administrarea in timpul sarcinii si alaptarii, nu se recomanda utilizarea produsului in aceasta perioada.
- A se administra cu prudenta in caz de insuficienta hepatica sau insuficienta renala grava.
- Datorita efectului sedativ poate influenta capacitatea de a conduce autovehicule sau de a folosi utilaje.
- In timpul administrarii produsului este neindicat consumul de alcool.

### **ATENTIONARI**

- In cazuri rare pot sa apara tulburari gastrointestinale.
- Administrarea indelungata si in doze mari a produselor cu valeriana poate sa produca

valerianism (labilitate emotionala), dureri de cap, agitatie, insomnie, afectarea functiei cardiace.

- Administrat in asociere cu medicamente de tipul barbituricelor si benzodiazepinelor poate creste efectul acestora.
- A se administra la interval de 1-2 ore inainte/dupa administrarea unor preparate cu fier.
- A nu se lasa la indemana si vederea copiilor.
- A se pastra la temperaturi sub 25°C, in ambalajul original.
- A nu se depasi doza recomandata pentru consumul zilnic.
- Suplimentele alimentare nu inlocuiesc o dieta variata si echilibrata si un mod de viata sanatos.