

Gebrauchsinformation

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

Dieses Arzneimittel ist auch ohne ärztliche Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss *Alluna Nacht zum Einschlafen* jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.

- Bewahren 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 einen Arzt aufsuchen.

Diese Packungsbeilage beinhaltet:

1. Was ist *Alluna Nacht zum Einschlafen* und wofür wird es angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Einnahme von *Alluna Nacht zum Einschlafen* beachten?
3. Wie ist *Alluna Nacht zum Einschlafen* einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist *Alluna Nacht zum Einschlafen* aufzubewahren?



Alluna® Nacht zum Einschlafen

Zusammensetzung:

1 Filmtablette enthält:

187,00 mg Trockenextrakt aus Baldrianwurzel in einem Verhältnis von Droge zu Extrakt wie 5–8:1. Das Auszugsmittel ist Methanol 45% (m/m); 41,88 mg Trockenextrakt aus Hopfenzapfen in einem Verhältnis von Droge zu Extrakt wie 7–10:1. Das Auszugsmittel ist Methanol 45% (m/m).

Die sonstigen Bestandteile sind:

Vanille-Aroma; Indigocarmin, Aluminiumsalz (E 132); Titandioxid (E 171); Hochdisperses Siliciumdioxid; Hydriertes Rizinusöl; Macrogol 400; Macrogol 6000; Macrogol 20000; Magnesiumstearat (Ph. Eur.); Maltodextrin; Hypromellose; Mikrokristalline Cellulose; Sojabohnenmehl, entfettet, mit Alkali extrahiert; Propylenglycol.

Hinweis:

Bei Überempfindlichkeit gegenüber dem arzneilich wirksamen Bestandteil oder einem der sonstigen Bestandteile darf *Alluna Nacht zum Einschlafen* nicht eingenommen werden.

Alluna Nacht zum Einschlafen ist in Packungen mit 25, 50 oder 100 Filmtabletten erhältlich.

1. WAS IST *Alluna Nacht zum Einschlafen* UND WOFÜR WIRD ES ANGEWENDET?

- 1.1 *Alluna Nacht zum Einschlafen* ist ein pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung.
- 1.2 Von: Abtei Pharma Vertriebs GmbH, Abtei 1, D-37696 Marienmünster
hergestellt von: GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG, D-77815 Bühl
- 1.3 *Alluna Nacht zum Einschlafen* wird angewendet bei Unruhezuständen und nervös bedingten Einschlafstörungen.

2. WAS MÜSSEN SIE VOR DER EINNAHME VON *Alluna Nacht zum Einschlafen* BEACHTEN?

- 2.1 *Alluna Nacht zum Einschlafen* darf nicht eingenommen werden: Siehe Hinweis unter Zusammensetzung.
- 2.2 Besondere Vorsicht bei der Einnahme von *Alluna Nacht zum Einschlafen* ist erforderlich:
 - a) Bei Kindern
Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor.

Deshalb wird die Einnahme dieses Arzneimittels für Kinder unter 12 Jahren nicht empfohlen.

b) Schwangerschaft und Stillzeit

Aus der verbreiteten Anwendung von Baldrianwurzel und Hopfenzapfen als Arzneimittel haben sich bisher keine Anhaltspunkte für Risiken in der Schwangerschaft und in der Stillzeit ergeben, Ergebnisse experimenteller Untersuchungen liegen jedoch nicht vor. Sie sollten dieses Arzneimittel deshalb in der Schwangerschaft und in der Stillzeit nicht einnehmen.

c) Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen

Sie sollten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme dieses Arzneimittels keine Kraftfahrzeuge führen, Maschinen bedienen oder Arbeiten ohne sicheren Halt durchführen, da Ihr Reaktionsvermögen auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch beeinträchtigt werden kann. Das gilt im verstärkten Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

2.3 Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln:

Keine bekannt.

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.

2.4 Bei Einnahme von *Alluna Nacht zum Einschlafen* zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken:

Während der Anwendung dieses Arzneimittels sollten Sie möglichst keinen Alkohol trinken.

3. WIE IST *Alluna Nacht zum Einschlafen* EINZUNEHMEN?

Nehmen Sie *Alluna Nacht zum Einschlafen* immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage ein. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht ganz sicher sind.

3.1 Art der Anwendung:

Zum Einnehmen.

3.2 Falls vom Arzt nicht anders verordnet, ist die übliche Dosis:

Für Erwachsene und Heranwachsende ab 12 Jahre:

- Zur Behandlung von Unruhezuständen bis zu 3 mal täglich 1 Filmtablette.
- Zur Behandlung von nervös bedingten Einschlafstörungen 1 Filmtablette 1/2 bis 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Falls notwendig, können Sie zusätzlich 1 Filmtablette bereits früher im Verlauf des Abends einnehmen.

Filmtablette nicht im Liegen einnehmen.

Nehmen Sie die Filmtablette bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung dieses Arzneimittels zu stark oder zu schwach ist.

Wie lange sollten Sie *Alluna Nacht zum Einschlafen* einnehmen?

Die Anwendungsdauer dieses Arzneimittels ist prinzipiell nicht begrenzt.

3.3 Wenn Sie eine größere Menge von *Alluna Nacht zum Einschlafen* eingenommen haben als Sie sollten:

Wenn Sie versehentlich einmal das doppelte oder dreifache der vorgesehenen Dosierung (entspricht 2 oder 3 Filmtabletten dieses Arzneimittels) eingenommen haben, so hat dies in der Regel keine nachteiligen Folgen. Setzen Sie in diesem Fall die Einnahme so fort, wie es in der Dosierungsanleitung beschrieben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde.

Falls Sie dieses Arzneimittel erheblich überdosiert haben, sollten Sie Rücksprache mit einem Arzt nehmen.

3.4 Wenn Sie die Einnahme von *Alluna Nacht zum Einschlafen* vergessen haben:

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, sondern setzen Sie die Einnahme bzw. Anwendung so fort, wie es in dieser Packungsbeilage angegeben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde.

4. WELCHE NEBENWIRKUNGEN SIND MÖGLICH?

Es sind keine Nebenwirkungen bekannt. Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind.

5. WIE IST *Alluna Nacht zum Einschlafen* AUFZUBEWAHREN?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton bzw. Behältnis angegebenen Verfallsdatum nicht mehr verwenden.

Nicht über 25°C und in der Originalverpackung aufbewahren, um den Inhalt vor Feuchtigkeit zu schützen.

Stand der Information: April 2005

Allgemeine Verbraucherinformation

Alluna® Nacht zum Einschlafen

Liebe Patientin, lieber Patient!

Sie haben sich mit dem Kauf von *Alluna Nacht zum Einschlafen* für ein pflanzliches Arzneimittel von hoher Qualität entschieden. Für die besondere Wirkung von *Alluna Nacht zum Einschlafen* wurden wertvolle Heilpflanzen sinnvoll kombiniert.

Baldrian Die beruhigende Wirkung der Baldrianwurzel ist schon seit langer Zeit bekannt. Die Einnahme von Baldrian am Abend hat eine ausgleichende und beruhigende Wirkung. Dadurch wird die Schlafbereitschaft gefördert, welche die Voraussetzung für einen erholsamen Schlaf ist. Zur Herstellung von *Alluna Nacht zum Einschlafen* werden die frischen Baldrianwurzeln unmittelbar nach der Ernte bei geringer Temperatur getrocknet und rasch weiterverarbeitet. Je frischer der Baldrian und je schonender die Verarbeitung der Pflanze, um so mehr ätherische Öle lassen sich im fertigen Dragee erhalten. Diese Öle sind hauptsächlich für den charakteristischen Baldrianduft verantwortlich.

Hopfen In der Braukunst wird Hopfen seit langem verwendet. Dabei stellten Mönche vor langer Zeit fest, dass gehopftes Bier schlaffördernd wirkt. Die Inhaltsstoffe der Hopfenzapfen wirken beruhigend und einschläffördernd und sorgen so für eine ruhige und erholsame Nacht.

In *Alluna Nacht zum Einschlafen* sind diese beiden Arzneipflanzen in sinnvoller Weise kombiniert. Bei der Herstellung werden nur hochwertige Arzneipflanzen verwendet und schonend verarbeitet - für eine gleichbleibende Qualität und Wirksamkeit. *Alluna Nacht zum Einschlafen* trägt so auf natürliche Weise dazu bei, dass Sie wieder gut einschlafen und erholt aufwachen können.

Ihr *Alluna*-Team wünscht Ihnen eine erholsame Nacht!

