



# Valerianaheel®

## Mischung

### Indikationsgruppe:

Homöopathisches Arzneimittel bei nervösen Erkrankungen.

### Anwendungsgebiete:

Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervös bedingte Unruhe- und Erschöpfungszustände.

### Gegenanzeigen:

Valerianaheel darf nicht eingenommen werden, wenn Sie allergisch gegen Kamille, andere Korbblütler, Brom, einen der Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind. Das Arzneimittel soll wegen nicht ausreichender Untersuchungen in Schwangerschaft und Stillzeit nicht eingenommen werden. Nicht anwenden bei Kindern unter 6 Jahren.

### Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:

Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. Die Anwendung bei Kindern von 6-12 sowie bei Jugendlichen bis 18 Jahren sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen. Dieses Arzneimittel enthält 66 Vol.-% Alkohol. Auswirkungen auf die Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen sind bisher nicht bekannt geworden. Bei Einhaltung der empfohlenen Dosierung ist kein Einfluss auf die Verkehrstüchtigkeit und die Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen zu erwarten.

### Wechselwirkungen:

Die Wirkung eines homöopathischen Arzneimittels kann durch allgemein schädigende Faktoren in der Lebensweise und durch Reiz- und Genussmittel ungünstig beeinflusst werden. Falls Sie sonstige Arzneimittel anwenden, fragen Sie Ihren Arzt. Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, kürzlich andere Arzneimittel angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel anzuwenden.

### Dosierung und Art der Anwendung:

Soweit nicht anders verordnet: Bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6-mal täglich, je 5 Tropfen einnehmen. Eine über eine Woche hinausgehende Anwendung sollte nur nach Rücksprache mit einem homöopathisch erfahrenen Therapeuten erfolgen. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3- mal täglich je 5 Tropfen einnehmen. Bei Besserung der Beschwerden ist die Häufigkeit der Anwendung zu reduzieren. Dieses Arzneimittel sollte mit zeitlichem Abstand zu den Mahlzeiten eingenommen werden. Kinder können die Tropfen mit etwas Flüssigkeit vermischt einnehmen.

### Dauer der Behandlung:

Aufgrund der in diesem Präparat enthaltenen homöopathisierten Bromide sollte die Anwendung über mehr als 4 Wochen nur nach Rücksprache mit dem Arzt erfolgen.

### Hinweise für die Anwendung:

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

### Nebenwirkungen:

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen. Hinweis: Bei der Anwendung von homöopathischen Arzneimitteln können sich vorhandene Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). In diesem Fall sollten Sie das Arzneimittel absetzen und Ihren Arzt befragen.

### Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

### Hinweise zu Verfallsdatum und Aufbewahrung:

Arzneimittel unzugänglich für Kinder aufbewahren! Das Verfallsdatum dieser Packung ist auf Behältnis und äußere Umhüllung aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung nicht mehr nach diesem Datum! Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerbedingungen erforderlich.

### Zusammensetzung:

10 g (= 11 ml; 1 ml = 21 Tropfen) Mischung enthalten: Wirkstoffe: Valeriana officinalis Ø 6,5 g, Humulus lupulus Ø 0,5 g, Crataegus Ø 0,5 g, Hypericum perforatum Dil. D1 0,5 g, Melissa officinalis Ø 0,3 g, Matricaria recutita Ø 0,2 g, Avena sativa Ø 0,2 g, Acidum picricum Dil. D5 1,0 g, Kalium bromatum Dil. D1 0,1 g, Ammonium bromatum Dil. D1 0,1 g, Natrium bromatum Dil. D1 (HAB, Vorschrift 5a, Lösung D1 mit Ethanol 43% (m/m)) 0,1 g.

### Packungsgrößen:

30 ml und 100 ml Mischung

### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

Biologische Heilmittel Heel GmbH  
Dr.-Reckeweg-Str. 2-4, 76532 Baden-Baden  
Telefon: 07221 501-00, Telefax: 07221 501-210  
E-Mail: [info@heel.de](mailto:info@heel.de)

### Stand der Information:

Februar 2022



## **Liebe Patientin, lieber Patient,**

Sie haben in Ihrer Apotheke das Arzneimittel *Valerianaheel*® Mischung gekauft.

### **Wie kommt es zu innerer Unruhe und Erschöpfung?**

Über das Nervensystem steht unser Körper ständig im Spannungsfeld zwischen Reizen aus dem Alltagsgeschehen und der körperlichen und seelischen Reaktion auf diese Reize. Bei andauernder hoher Belastung oder wenn das Nervensystem die vielfältigen Reize nicht mehr vollständig verarbeiten kann, entwickelt sich aus nervlicher Überlastung eine Veränderung des seelischen Befindens. Nervöse Unruhe, Müdigkeit, Gereiztheit und ein verstärktes Ruhebedürfnis können Zeichen einer Erschöpfung sein.

Bei lang anhaltender nervlicher Belastung können sich nervöse Störungen wie z.B. Unruhe, Antriebslosigkeit und Schlafstörungen entwickeln. Die nächtliche Regeneration der körperlichen und seelischen Kräfte ist geschwächt. Überforderung und Erschöpfung verstärken sich dadurch noch zusätzlich. Körper und

Seele benötigen sanfte und natürliche Unterstützung, um Regenerationsprozesse zu fördern und so die Symptome einer Erschöpfung zu überwinden.

Suchen Sie in jedem Fall einen Arzt auf, um die möglichen Ursachen für Ihre Beschwerden abzuklären.

### **Wie können Sie Ihre nervliche Gesundheit unterstützen?**

Körper und Seele brauchen Zeit zur Regeneration! Suchen Sie Möglichkeiten der Entspannung, um Einflüssen von Stress weniger ausgesetzt zu sein. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welche Entspannungsmethoden Ihnen helfen können. Die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Meditation oder ein Spaziergang in der Natur sind nur einige der Möglichkeiten, um Anspannung zu lösen. Eine ausgewogene Ernährung, ausreichende Ruhephasen und Bewegung können die körperliche und seelische Regeneration zusätzlich unterstützen.

**Heel wünscht Ihnen gute Besserung!**