

Indlægsseddel: Information til brugeren

Valerina Nat, filmovertrukne tabletter

Ekstrakt af valerianerod, citronmelisseblad og humlekopper

Læs denne indlægsseddel grundigt, inden du begynder at bruge dette lægemiddel, da den indeholdervigtige informationer.

Tag altid Valerina Nat nøjagtigt som beskrevet i denne indlægsseddel eller efter de anvisninger lægen, apotekspersonalet eller sundhedspersonalet har givet dig.

- Gem indlægssedlen. Du kan få brug for at læse den igen.
- Spørg på apoteket, hvis der er mere, du vil vide.
- Kontakt lægen, apotekspersonalet eller sundhedspersonalet, hvis du får bivirkninger, herunder bivirkninger, som ikke er nævnt her. Se afsnit 4.
- Hvis du ikke får det bedre i løbet af 4 uger, eller hvis du får det værre, skal du kontakte din læge.

Se den nyeste indlægsseddel på www.indlaegsseddel.dk

Oversigt over indlægssedlen

1. Virkning og anvendelse
2. Det skal du vide, før du begynder at tage Valerina Nat
3. Sådan skal du tage Valerina Nat
4. Bivirkninger
5. Opbevaring
6. Pakningsstørrelser og yderligere oplysninger

1. Virkning og anvendelse

Valerina Nat er et naturlægemiddel til lindring af uro og søvnbesvær.

Virkningen kommer gradvist i løbet af 2-4 uger, og du kan derfor ikke bruge Valerina Nat, hvis du skal have en virkning hurtigt.

Hvis din læge har sagt, at du skal tage Valerina Nat for noget andet, skal du altid følge lægens anvisning.

Kontakt lægen, hvis du får det værre, eller hvis du ikke får det bedre i løbet af 4 uger.

2. Det skal du vide, før du begynder at tage Valerina Nat

Tag ikke Valerina Nat

- hvis du er allergisk over for valerianerod, citronmelisseblad eller humlekopper eller et af de øvrige indholdsstoffer angivet i afsnit 6.

Advarsler og forsigtighedsregler

Valerina Nat kan muligvis forstærke virkningen af bedøvelse. Hvis du skal opereres, skal du derfor stoppe behandlingen med Valerina Nat gradvist startende mindst 2 uger inden operationen.

Hvis du får det værre, skal du kontakte din læge.

Du skal holde pauser i behandlingen, da sikkerheden ved lang tids anvendelse ikke er kendt.

I nogle tilfælde skal du måske være særlig forsigtig med at tage Valerina Nat. Tal med din læge, hvis du har

- nedsat leverfunktion
- nedsat nyrefunktion
- anden alvorligere sygdom.

Børn

Du må kun bruge Valerina Nat til børn under 12 år efter aftale med en læge.

Brug af anden medicin sammen med Valerina Nat

Fortæl det altid til lægen eller på apoteket, hvis du bruger anden medicin eller har brugt det for nylig. Dette gælder også medicin, som ikke er købt på recept, medicin købt i udlandet, andre naturlægemidler, stærke vitaminer og mineraler samt kosttilskud.

Tal med din læge, hvis du tager

- medicin mod epilepsi
- sovemedicin
- beroligende og angstdæpende medicin.

Brug af Valerina Nat sammen med mad og drikke

Der er ikke kendskab til problemer med brug af Valerina Nat sammen med mad. Du kan tage Valerina Nat i forbindelse med et måltid, men det er ikke nødvendigt.

Graviditet og amning

Hvis du er gravid eller ammer, har mistanke om, at du er gravid, eller planlægger at blive gravid, skal du spørge din læge eller apotekspersonalet til råds, før du bruger dette lægemiddel..

Graviditet

Hvis du er gravid, må du kun tage Valerina Nat efter aftale med din læge.

Amning

Hvis du ammer, må du kun tage Valerina Nat efter aftale med din læge.

Trafik- og arbejdssikkerhed

Valerina Nat kan virke sløvende i større eller mindre grad. Det skal du tage hensyn til, hvis du skal færdes i trafikken eller arbejde med maskiner. Dette gælder især lige efter, du er startet behandling med Valerina Nat, eller hvis du stiger i dosis. I disse tilfælde skal du lade være med at køre bil i 2 timer efter, du har taget en tablet.

Vigtig information om nogle af de øvrige indholdsstoffer i Valerina Nat

Valerina Nat indeholder lactose. Kontakt lægen, før du tager dette naturlægemiddel, hvis lægen har fortalt dig, at du ikke tåler visse sukkerarter.

3. Sådan skal du tage Valerina Nat

Brug altid Valerina Nat nøjagtigt som beskrevet i denne indlægsseddel eller efter lægens eller apotekspersonalets anvisning. Er du i tvivl så spørg lægen eller apotekspersonalet.

Hvis din læge har sagt, at du skal tage en anden dosis, skal du altid følge lægens anvisning.

Den sædvanlige dosis er

2-4 tabletter før sengetid.

Tag tabletterne med et glas vand.

Behandlingsvarighed

Da virkningen sætter gradvist ind, kan det vare 2-4 uger, inden du får den fulde virkning af Valerina Nat. Hvis du ikke får det bedre i løbet af 4 uger, eller hvis du får det værre, skal du kontakte din læge.

Hvis du har taget for mange Valerina Nat tabletter

Kontakt læge, skadestue eller apotek, hvis du har taget flere Valerina Nat, end der står her, og du føler dig utilpas.

Tag pakningen med.

Symptomer på overdosis: Træthed, mavekramper, trykken for brystet, svimmelhed, rysten på hænderne og forstørrede pupiller.

Hvis du har glemt at tage Valerina Nat

Du må ikke tage en dobbeltdosis som erstatning for den glemte dosis.

Spørg lægen eller på apoteket, hvis der er noget, du er i tvivl om eller føler dig usikker på.

4. Bivirkninger

Dette lægemiddel kan som al anden medicin give bivirkninger, men ikke alle får bivirkninger.

Ikke alvorlige bivirkninger

Almindelige bivirkninger (forekommer hos mellem 1 og 10 ud af 100 behandlede)

- døsighed
- hovedpine.

Bivirkninger, hvor hyppigheden ikke er kendt

- diarré
- kvalme
- mavekramper.

Indberetning af bivirkninger

Hvis du oplever bivirkninger, bør du tale med din læge, sygeplejerske eller apoteket. Dette gælder også mulige bivirkninger, som ikke er medtaget i denne indlægsseddel. Du eller dine pårørende kan også indberette bivirkninger direkte til Lægemiddelstyrelsen på www.meldenbivirkning.dk, eller ved at kontakte Lægemiddelstyrelsen via E-mail: dkma@dkma.dk eller med almindeligt brev til Lægemiddelstyrelsen, Axel Heides Gade 1, DK-2300 København S, Ved at indrapportere bivirkninger kan du hjælpe med at fremskaffe mere information om sikkerheden af dette lægemiddel.

5. Opbevaring

Opbevar Valerina Nat utilgængeligt for børn.

Du kan opbevare Valerina Nat ved almindelig temperatur.

Tag ikke Valerina Nat efter den udløbsdato, der står på pakningen. Udløbsdatoen (Exp) er den sidste dag i den nævnte måned.

Spørg på apoteket, hvordan du skal bortskaffe medicinrester. Af hensyn til miljøet må du ikke smide medicinrester i afløbet, toilettet eller skraldespanden.

6. Pakningsstørrelser og yderligere oplysninger

Valerina Nat tabletter indeholder

Aktive bestanddele:

- Ekstrakt af valerianerod. 1 tablet indeholder 100 mg ekstrakt, svarende til 400 mg valerianarod. Ekstraktet er fremstillet med 60 % ethanol.
- Ekstrakt af humlekopper. 1 tablet indeholder 45 mg ekstrakt, svarende til 382 mg humlekopper. Ekstraktet er fremstillet med 60 % ethanol.
- Ekstrakt af citronmelisseblad. 1 tablet indeholder 25 mg ekstrakt, svarende til 162 mg citronmelisseblad. Ekstraktet er fremstillet med 60 % ethanol.

Øvrige indholdsstoffer: Lactosemonohydrat, hydreret, kolloid silica, cellulose, kartoffelstivelse, magnesiumstearat, hypromellose, macrogol 6000, titandioxid(E171).

Udseende og pakningstørrelse

Udseende

Valerina Nat er en hvid, rund tablet.

Pakningstørrelse

Blister 80 stk.

Indehaver af markedsføringstilladelsen og fremstiller

Indehaver af markedsføringstilladelsen

Pharbio Medical International AB, Box 1336, 171 26 Solna, Sverige

Repræsentant for Danmark

Orkla Care A/S, Industriegrenen 10, 2635 Ishøj

Fremstiller

Orkla Care A/S, Vassingerødvej 3-7, 3540 Lyngby

Denne indlægsseddel blev sidst ændret 03/2017