

Baldrianwurzel

Code: **0373** (100 Kapseln)



Die in den Wurzeln des **BALDRIAN** in relativ hoher Konzentration enthaltene Valerensäure und ihre Derivate wirken **sedierend und spasmolytisch**. Eine Fülle von klinischen Studien belegen die Wirksamkeit von Baldrianextrakten zur Verkürzung der Einschlafzeit durch nervös bedingte **Schlafstörungen** - oft ausgelöst durch Sorgen, geistige Überanstrengung, Reizüberflutung oder Stress. Manche Forscher setzen Baldrian mit der Wirkung von Valium gleich.

ZUTATEN:

Baldrianwurzel (*Valeriana officinalis*)¹, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

NÄHRWERTE:

2 Kapseln (1.152 mg)

Baldrianwurzel¹..... 940 mg

¹Aus kontrolliertem Anbau

Guter Schlaf!

Fördert die Schlafbereitschaft und Beruhigung des Nervensystem

IST ERHÄLTlich ZU:

100 Kapseln mit je 470 mg

VERZEHREMPFEHLUNG:

1 x täglich 2 Kapseln zu einer Mahlzeit

WIRKSAME INHALTSTOFFE:

Valepotriate, Valerensäure, ätherisches Öl mit den Hauptbestandteilen Pinen und Borneol, das Alkaloid Chatinin, Tannine und Harze

PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser

HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sollten Sie vor der Einnahme Ihren Therapeuten fragen. Nicht zusammen mit Alkohol oder mit anderen Mitteln mit sedativer Wirkung einnehmen. **Baldrianwurzel** kann auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch die Fahrtüchtigkeit und die Fähigkeit Maschinen zu bedienen, beeinträchtigen. In diesem Fall dürfen Sie bis 2 Stunden nach der Einnahme keine Kraftfahrzeuge führen, Maschinen bedienen oder andere gefährvolle Tätigkeiten ausführen. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Therapeuten, wenn die Schlaflosigkeit länger als 2 Wochen anhält.

Durch die Verbesserung der Schlafqualität wirkt diese Heilpflanze auf indirektem Wege energie-, antriebs- und leistungssteigernd. Positiv bewertet wird die Wirkung der Baldrianwurzel im Fall von nervösen Störungen wie **Hysterie, Angst- und Unruhezuständen**, bei **Spannungs- und Erschöpfungszuständen** und **Hypernervosität**, aber auch bei motorischer Ruhelosigkeit und **Muskelspasmen**. Die spasmolytische Wirkung von Baldrian begründet seine Anwendung bei **schmerzhaften Regelblutungen** und bei Krämpfen im Bereich von Magen und Darm; bei nervös bedingten Verdauungsproblemen und **nervösen Herzbeschwerden** kann Baldrian ebenfalls gute Dienste leisten. Die Baldrianwurzel eignet sich besonders gut bei **Prüfungsangst**, bei **Konzentrationsschwäche** und bei erhöhtem **Stress**. Auch eine kreislaufverbessernde, herzstärkende und blutdrucksenkende Wirksamkeit wird dem Extrakt zugeschrieben.

Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren

Das Produkt ist **ohne Zusatz von:** Zucker, Stärke, Hefe, Weizen, Mais, Milch, Soja, künstlichen Farb-, Geschmacks- und Konservierungsstoffen

NAHANI-Produkte sind nicht-rezeptpflichtige Nahrungsergänzungsmittel

Die hier aus der Fachliteratur zusammengestellten Informationen ersetzen nicht den medizinischen Rat eines Therapeuten