



Sidroga® Schlaf- und Nerventee N

Tisane pour le sommeil et les nerfs N

Tisana per il sonno e i nervi N

Information für Patientinnen und Patienten

Lesen Sie diese Packungsbeilage sorgfältig, denn sie enthält wichtige Informationen. Dieses Arzneimittel haben Sie entweder persönlich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin verschrieben erhalten oder Sie haben es ohne ärztliche Verschreibung in der Apotheke oder Drogerie bezogen. Wenden Sie das Arzneimittel gemäss Packungsbeilage beziehungsweise nach Anweisung des Arztes, Apothekers oder Drogisten bzw. der Ärztin, Apothekerin oder Drogistin an, um den grössten Nutzen zu haben. Bewahren Sie die Packungsbeilage auf, Sie wollen sie vielleicht später nochmals lesen.

Sidroga® Schlaf- und Nerventee N

Pflanzliches Arzneimittel

Was ist Sidroga Schlaf- und Nerventee N und wann wird er angewendet?

Sidroga Schlaf- und Nerventee N enthält die folgenden Pflanzenteile in getrockneter und fein geschnittener Qualität: Baldrianwurzel, Melissenblätter, Passionsblumenkraut und Pfefferminzblätter. Den in Sidroga Schlaf- und Nerventee N enthaltenen Pflanzen werden traditionsgemäss beruhigende Eigenschaften zugeschrieben. Sidroga Schlaf- und Nerventee N wird unterstützend verwendet bei leichter Unruhe und nervös bedingten Einschlafstörungen.

Was sollte dazu beachtet werden?

Wenn sich Ihre Beschwerden verschlimmern oder nach 2 Wochen keine Besserung eintritt, sollten Sie einen Arzt bzw. eine Ärztin aufsuchen.

Wann darf Sidroga Schlaf- und Nerventee N nicht oder nur mit Vorsicht angewendet werden?

Sidroga Schlaf- und Nerventee N darf nicht angewendet werden bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber einem der Bestandteile (siehe „Was ist in Sidroga Schlaf- und Nerventee N enthalten?“) oder Menthol. Patienten mit einer gastroösophagealen Refluxerkrankung (Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre) sollten Zubereitungen mit Pfefferminzblättern meiden, da sich das Sodbrennen verstärken kann. Patienten mit Gallenleiden (z.B. Gallensteinen) sollten auf die Einnahme verzichten, da der Tee Koliken auslösen kann. Es wurden keine Wechselwirkungsstudien mit Sidroga Schlaf- und Nerventee N durchgeführt. Bei der gleichzeitigen Einnahme von anderen beruhigend wirkenden Arzneimitteln, auch synthetischen Schlaf- oder Beruhigungsmitteln, ist eine gegenseitige Wirkungsverstärkung möglich. Diese Kombination benötigt ärztliche Diagnose und Aufsicht. Die Wirkung von Baldrian kann durch den gleichzeitigen Genuss von grossen Mengen Alkohol verstärkt werden. Auch bei bestimmungsgemässen Gebrauch kann Sidroga Schlaf- und Nerventee N die Reaktionsfähigkeit, die Fahrtüchtigkeit und die Fähigkeit, Werkzeuge oder Maschinen zu bedienen, beeinträchtigen. Dies gilt im verstärkten Masse im Zusammenhang mit Alkohol. Sidroga Schlaf- und Nerventee N sollte bis zu 2 Stunden vor solchen Tätigkeiten nicht mehr eingenommen werden. Zur Anwendung und Sicherheit von Sidroga Schlaf- und Nerventee N bei Kindern liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Deshalb wird die Einnahme dieses Arzneimittels bei Kindern unter 12 Jahren nicht empfohlen. Informieren Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin, wenn Sie

- an anderen Krankheiten leiden
- Allergien haben oder
- andere Arzneimittel (auch selbst gekaufte!) einnehmen oder anwenden.

Darf Sidroga Schlaf- und Nerventee N während einer Schwangerschaft oder in der Stillzeit eingenommen werden?

Aufgrund der bisherigen Erfahrungen ist bei bestimmungsgemässer Anwendung kein Risiko für das Kind bekannt. Systematische wissenschaftliche Untersuchungen wurden aber nie durchgeführt. Vorsichtshalber sollten Sie während der Schwangerschaft und Stillzeit möglichst auf Arzneimittel verzichten oder den Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. die Ärztin, Apothekerin oder Drogistin um Rat fragen.

Wie verwenden Sie Sidroga Schlaf- und Nerventee N?

Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren dürfen 2- bis 3 mal täglich und vor dem Schlafengehen je 1 Tasse Tee trinken.

Zubereitung: 1 bis 2 Teebeutel Sidroga Schlaf- und Nerventee N werden mit ca. 150 ml siedendem Wasser übergossen und 10 bis 15 Minuten ziehen gelassen. Den bzw. die Beutel danach schwach ausdrücken und herausnehmen. Süssen Sie Ihren Tee erst, nachdem Sie den/ die Teebeutel aus der Tasse genommen haben. Zum Süssen können Sie sowohl natürlichen als auch künstlichen Zucker verwenden. Eine Anwendung von Sidroga Schlaf- und Nerventee N bei Kindern unter 12 Jahren ist nicht vorgesehen. Die Dauer der Anwendung ist nicht begrenzt. Wenn sich die Beschwerden verschlimmern oder nach 14 Tagen keine Besserung eintritt, muss ein Arzt bzw. eine Ärztin aufgesucht werden. Es wurden keine Fälle von Überdosierung berichtet. Die Einnahme von Baldrianwurzel in der Dosierung von über 20 g (entspricht 29 oder mehr Teebeuteln) führte in einem Einzelfall zu folgenden Symptomen: Müdigkeit, Bauchkrämpfe, Engegefühl in der Brust, Leeregefühl im Kopf, Zittern der Hände und Erweiterung der Pupillen. Diese Beschwerden waren nach 24 Stunden wieder abgeklungen. Bitte wenden Sie sich bei erheblicher Überdosierung an Ihren Arzt bzw. Ihre Ärztin. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin. Halten Sie sich an die in der Packungsbeilage angegebene oder vom Arzt bzw. von der Ärztin verschriebene Dosierung. Wenn Sie glauben, das Arzneimittel wirke zu schwach oder zu stark, so sprechen Sie mit Ihrem Arzt,

Apotheker oder Drogisten bzw. mit Ihrer Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Welche Nebenwirkungen kann Sidroga Schlaf- und Nerventee N haben?

Folgende Nebenwirkungen können bei der Einnahme von Sidroga Schlaf- und Nerventee N auftreten: Magen-Darmbeschwerden und allergische Hauterscheinungen (Juckreiz, Ausschlag). Ein Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre (gastroösophagealer Reflux) kann sich verschlechtern und Sodbrennen kann verstärkt werden. Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, die hier nicht beschrieben sind, sollten Sie Ihren Arzt, Apotheker oder Drogisten bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin informieren.

Was ist ferner zu beachten?

Sidroga Schlaf- und Nerventee N ist bei Raumtemperatur (15–25 °C), vor Licht geschützt, an einem trockenen Ort und ausserhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren. Die Doppelkammerbeutel in Aromaschutzverpackung dürfen nur bis zu dem auf dem Behälter mit «Exp.» bezeichneten Datum verwendet werden. Weitere Auskünfte erteilt Ihnen Ihr Arzt, Apotheker oder Drogist bzw. Ihre Ärztin, Apothekerin oder Drogistin.

Was ist in Sidroga Schlaf- und Nerventee N enthalten?

1 Doppelkammerbeutel enthält in getrockneter Form und fein geschnittener Qualität 2,0 g einer Mischung bestehend aus: Baldrianwurzel 35%, Melissenblätter 20%, Passionsblumenkraut 15%, Pfefferminzblätter 15%, Anis 5%, Rosmarinblätter 5% und Süssholzwurzel 5%.

Zulassungsnummer

63046 (Swissmedic)

Wo erhalten Sie Sidroga Schlaf- und Nerventee N? Welche Packungen sind erhältlich?

Dies ist ein freiverkäufliches Arzneimittel. Schachteln mit 20 Doppelkammerbeuteln in Aromaschutzverpackung.

Diese Packungsbeilage wurde im Januar 2013 letztmals durch die Arzneimittelbehörde (Swissmedic) geprüft.

Information destinée aux patients

Lisez attentivement cette notice d'emballage. Vous y trouverez des renseignements importants concernant ce médicament. Ce médicament vous a été prescrit par votre médecin ou vous a été remis sans ordonnance par votre pharmacien ou votre droguiste. Pour en tirer le meilleur bénéfice, veuillez l'utiliser conformément à la notice d'emballage ou, le cas échéant, aux indications de votre médecin, de votre pharmacien ou de votre droguiste. Conservez cette notice d'emballage pour pouvoir la relire plus tard si nécessaire.

Sidroga®, tisane pour le sommeil et les nerfs N

Médicament phytothérapeutique

Qu'est-ce que la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga et quand est-elle utilisée?

La tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga contient les constituants de plantes séchées et finement coupées suivants: racine de valériane, feuilles de mélisse, herbe de passiflore et feuilles de menthe poivrée. Selon la tradition, des propriétés tranquillisantes sont attribuées aux plantes contenues dans la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga. La tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga est utilisée en soutien dans les cas d'agitation légère et de troubles du sommeil d'origine nerveuse.

De quoi faut-il tenir compte en dehors du traitement?

Veillez consulter un médecin si vos troubles s'aggravent ou si aucune amélioration ne survient après 2 semaines.

Quand la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga ne doit-elle pas être prise ou seulement avec précaution?

La tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga ne doit pas être prise en cas d'hypersensibilité connue à l'un de ses constituants (voir: «Que contient la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga?») ou au menthol. Les patients souffrant de reflux gastriques (reflux du suc gastrique dans l'œsophage) doivent éviter les préparations à base de feuilles de menthe poivrée car elles peuvent aggraver les brûlures d'estomac. Les patients souffrant de problèmes biliaires (par ex. calculs biliaires) ne doivent pas prendre la tisane car elle peut provoquer des coliques. Aucune étude n'a été menée sur les interactions avec la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga. En cas de prise simultanée d'autres médicaments avec effet apaisant ou de calmants et somnifères synthétiques, une action renforcée réciproque est possible. Cette combinaison requiert un diagnostic et une surveillance médicale. L'action de la valériane peut être renforcée par la consommation simultanée de grosses quantités d'alcool. Dans le cadre d'une consommation conforme, la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga peut également réduire la capacité à conduire et la capacité à utiliser des outils ou des machines. Cela est encore renforcé lorsque la consommation est combinée à la prise d'alcool. La tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga ne doit plus être prise au plus tard 2 heures avant de telles activités. Il n'existe pas d'analyses suffisantes quant à l'utilisation et à la sécurité de la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga pour les enfants. Ainsi, la prise de ce médicament est déconseillée pour les enfants de moins de 12 ans. Veuillez informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste si

- vous souffrez d'une autre maladie
- vous êtes allergique ou
- vous prenez ou utilisez déjà d'autres médicaments (même en automédication!).

La tisana per il sonno e i nervi N Sidroga potrebbe essere presa durante la gravidanza o l'allattamento?

Sur la base des expériences faites à ce jour, aucun risque pour l'enfant n'est connu si ce médicament est utilisé conformément à l'usage auquel il est destiné. Toutefois, aucune étude scientifique systématique n'a été effectuée. Par mesure de précaution, vous devriez renoncer si possible à prendre des médicaments durant la grossesse et l'allaitement, ou demander l'avis de votre médecin, de votre pharmacien ou de votre droguiste.

Comment utiliser la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?

Les adultes et enfants à partir de 12 ans peuvent boire 1 tasse de tisane 2 à 3 fois par jour et 1 tasse avant le coucher.

Préparation: verser de l'eau bouillante (env. 150 ml) sur 1 à 2 sachets de tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga et laisser infuser 10 à 15 minutes. Ensuite, presser légèrement le (ou les) sachet(s) et le (ou les) retirer. Sucrez la tisane uniquement après avoir retiré le ou les sachets de la tasse. Pour sucrer, vous pouvez utiliser du sucre naturel ou synthétique. Une utilisation de la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga pour les enfants de moins de 12 ans n'est pas prévue. La durée de l'utilisation n'est pas limitée. Si les troubles s'aggravent ou si aucune amélioration ne survient après 14 jours, veuillez consulter un médecin. Aucun cas de surdosage n'a été rapporté. La prise de plus de 20 g de racine de valériane (correspondant à 29 sachets de tisane ou plus) a conduit dans un cas unique aux symptômes suivants: fatigue, crampes d'estomac, sentiment d'oppression dans la poitrine, sentiment de vide dans la tête, tremblements des mains et dilatation des pupilles. Ces troubles se sont estompés après 24 heures. En cas de surdosage considérable, veuillez consulter votre médecin. Si vous avez d'autres questions sur l'utilisation du médicament, veuillez vous adresser à votre médecin, à votre pharmacien ou à votre droguiste. Veuillez vous conformer au dosage figurant sur la notice d'emballage ou prescrit par votre médecin. Si vous estimez que l'efficacité du médicament est trop faible ou au contraire trop fort, veuillez vous adresser à votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

Quels effets secondaires la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga peut-elle provoquer?

Les effets secondaires suivants peuvent survenir lors de la prise de la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga: Des troubles gastro-intestinaux et des réactions allergiques cutanées (démangeaison, éruption). Un reflux du suc gastrique dans l'œsophage (reflux gastro-œsophagien) peut s'aggraver et les brûlures d'estomac peuvent augmenter. Si vous remarquez des effets secondaires qui ne sont pas mentionnés dans cette notice, veuillez en informer votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

À quoi faut-il encore faire attention?

Conserver la tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga à température ambiante (15-25 °C), à l'abri de la lumière, au sec et hors de portée des enfants. Les sachets double filtre sous emballage préservant l'arôme ne doivent pas être utilisés au-delà de la date figurant après la mention «Exp.» sur le récipient. Pour de plus amples renseignements, consultez votre médecin, votre pharmacien ou votre droguiste.

Que contient la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?

1 sachet double filtre contient un mélange séché et finement coupé de 2,0 g comprenant: racine de valériane 35%, feuilles de mélisse 20%, herbe de passiflore 15%, feuilles de menthe poivrée 15%, anis 5%, feuilles de romarin 5% et de la racine de réglisse 5%.

Numéro d'autorisation

63046 (Swissmedic)

Où obtenez-vous la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga? Quels sont les emballages à disposition sur le marché?

Il s'agit d'un médicament en vente libre. Boîtes de 20 sachets double filtre sous emballage préservant l'arôme.

Cette notice d'emballage a été vérifiée pour la dernière fois en janvier 2013 par l'autorité de contrôle des médicaments (Swissmedic).

Informazione destinata ai pazienti

Legga attentamente il foglietto illustrativo che contiene importanti informazioni. Questo medicamento le è stato prescritto dal suo medico o le è stato consegnato senza prescrizione medica in farmacia o in drogheria. Per ottenere il maggior beneficio, usi il medicamento conformemente al foglietto illustrativo o segua le indicazioni del suo medico, del suo farmacista o del suo droghiere. Conservi il foglietto illustrativo per poterlo rileggere all'occorrenza.

Sidroga®, tisana per il sonno e i nervi N

Medicamento fitoterapeutico

Che cos'è la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga e quando si usa?

La tisana per il sonno e i nervi N Sidroga contiene le seguenti parti di piante in forma essiccata e in qualità tritata finemente: radice di valeriana, foglie di melissa, erba di passiflora e foglie di menta piperita. Secondo la tradizione alle piante contenute nella tisana per il sonno e i nervi N Sidroga sono attribuite proprietà calmanti. La tisana per il sonno e i nervi N Sidroga si usa sostenibile in caso di agitazione leggera e difficoltà ad addormentarsi di origini nervose.

Di che cosa occorre inoltre tener conto durante il trattamento?

Si rivolga al medico qualora i sintomi dovessero peggiorare o non si presentasse un miglioramento entro due settimane.

Quando non si può usare la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga e quando la sua somministrazione richiede prudenza?

La tisana per il sonno e i nervi N Sidroga non deve essere usata in caso di ipersensibilità nota a uno dei componenti (vedi „Cosa contiene la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?“) o al mentolo. I pazienti affetti da malattia da reflusso gastroesofageo (reflusso di succhi gastrici nell'esofago) dovrebbero evitare preparati contenenti foglie di menta piperita, poiché essi potrebbero aumentare la pirosi. I pazienti affetti da malattie biliari (p.es. calcoli biliari) dovrebbero evitare l'assunzione poiché la tisana può causare coliche. Non sono stati svolti studi sull'interazione della tisana per il sonno e i nervi N Sidroga. In caso di assunzione contemporanea di altri medicinali con effetto calmante, anche sonniferi o calmanti sintetici, è possibile una reciproca intensificazione dell'effetto. Tale combinazione necessita di una diagnosi medica e di sorveglianza. L'effetto della valeriana può essere intensificato dalla contemporanea assunzione di grandi quantità di alcool. Anche in condizioni di normale utilizzo, la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga può influenzare la reattività, l'idoneità alla guida e al controllo di strumenti e macchine. Ciò vale in misura accentuata in caso di contemporanea assunzione di alcool. L'assunzione della tisana per il sonno e i nervi N Sidroga deve essere interrotta almeno due ore prima dell'esecuzione di tali attività. Non sono disponibili sufficienti studi in merito alla somministrazione e alla sicurezza della tisana per il sonno e i nervi N Sidroga nei bambini. Pertanto si sconsiglia la somministrazione di questo medicinale ai bambini di età inferiore ai 12 anni. Informi il suo medico, farmacista o droghiere se

- soffre di altre malattie
- soffre di allergie o
- assume altri medicinali (anche acquistati di sua iniziativa!)

Si può assumere la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga durante la gravidanza o l'allattamento?

In base alle esperienze fatte finora, non sono noti rischi per il bambino se il medicamento è usato correttamente. Tuttavia, non sono ancora state eseguite indagini scientifiche sistematiche. Per prudenza dovrebbe rinunciare nella misura del possibile ad assumere medicinali durante la gravidanza e il periodo d'allattamento o chiedere consiglio al proprio medico, farmacista o droghiere.

Come usare la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?

Adulti e adolescenti a partire da 12 anni possono bere 2 a 3 volte al giorno e prima di coricarsi d'ogni volta 1 tazza di tisana.

Preparazione: Versare dell'acqua bollente (ca. 150 ml) su 1 o 2 bustine di tisana per il sonno e i nervi N Sidroga e lasciare in infusione per 10-15 minuti. Strizzare leggermente la/le bustina/e e rimuoverla/e dalla tazza. Addolcire la tisana solo una volta rimossa/e la/le bustina/e dalla tazza. Per addolcire è possibile utilizzare zucchero sia naturale sia artificiale. Non è prevista la somministrazione della tisana per il sonno e i nervi N Sidroga ai bambini di età inferiore ai 12 anni. La durata dell'assunzione è illimitata. Si rivolga al medico qualora i sintomi dovessero peggiorare o non si presentasse un miglioramento entro 14 giorni. Non sono noti casi di sovradosaggio. L'assunzione di radice di valeriana in dose superiore ai 20 g (corrisponde a 29 o più bustine) ha comportato in un singolo caso i seguenti sintomi: stanchezza, crampi addominali, sensazione di stretta toracica, senso di vuoto nella testa, tremore alle mani e dilatazione delle pupille. Tali sintomi erano già smorzati dopo 24 ore. Rivolgersi al medico in caso di considerevole sovradosaggio. Se ha altre domande in merito all'assunzione del medicamento, si rivolga al suo medico, farmacista o droghiere. Si attenga alla posologia indicata nel foglietto illustrativo o prescritta dal suo medico. Si ritiene che l'azione del medicamento sia troppo debole o troppo forte ne parli al suo medico, al suo farmacista o al suo droghiere.

Quali effetti collaterali può avere la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?

L'assunzione della tisana per il sonno e i nervi N Sidroga può causare i seguenti effetti collaterali: Disturbi gastro-intestinali e reazioni cutanee di tipo allergico (prurito, esantema). È possibile il peggioramento di un reflusso di succhi gastrici nell'esofago (reflusso gastroesofageo) e l'accentuazione della pirosi. Se osserva effetti collaterali qui non descritti, dovrebbe informare il suo medico, il suo farmacista o il suo droghiere.

Di che altro occorre tener conto?

La tisana per il sonno e i nervi N Sidroga deve essere conservata a temperatura ambiente (15-25 °C), al riparo dalla luce, in luogo asciutto e fuori dalla portata dei bambini. Le bustine a doppio filtro con protezione aroma non devono essere utilizzati oltre la data indicata con «Exp.» sul contenitore. Il medico, il farmacista o il droghiere possono darle ulteriori informazioni.

Cosa contiene la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga?

1 bustina a doppio filtro contiene 2,0 g di una miscela essiccata e tritata finemente composta con: radice di valeriana 35%, foglie di melissa 20%, erba di passiflora 15%, foglie di menta piperita 15%, anice 5%, foglie di rosmarino 5% e radice di liquirizia 5%.

Numero dell'omologazione

63046 (Swissmedic)

Dove è ottenibile la tisana per il sonno e i nervi N Sidroga? Quali confezioni sono disponibili?

Questo è un medicamento in vendita libera. Confezioni da 20 bustine a doppio filtro con protezione aroma.

Questo foglietto illustrativo è stato controllato l'ultima volta nel gennaio 2013 dall'autorità competente in materia di medicinali (Swissmedic).

Zulassungsinhaber /
Titulaire de l'autorisation /
Titolare dell'omologazione:
Sidroga AG, 4310 Rheinfelden