

Médicament phytothérapeutique

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

La tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga contient les constituants de plantes séchées et finement coupées suivantes: racine de valériane, feuilles de mélisse, fleurs 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?

Veuillez 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 poivrées 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 conduite 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 tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga peut-elle être prise pendant la grossesse ou l'allaitement?

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 tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga?



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

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 d'un 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 tisane pour le sommeil et les nerfs 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 cutanée (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 tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga?

1 sachet double filtre contient un mélange séché et finement coupé de 1,5 g comprenant: racine de valériane 35%, feuilles de mélisse 20%, fleurs 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 tisane pour le sommeil et les nerfs N Sidroga? Quels sont les emballages à disposition sur le marché?

En pharmacie et en droguerie, sans ordonnance médicale. Boîtes de 20 sachets double filtre sous emballage préservant l'arôme.



Titulaire de l'autorisation

Uriach Switzerland AG, 4310 Rheinfelden.

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

