

## Text der Packungsbeilage nach § 11 AMG

---

### Gebrauchsinformation: Information für Anwender

#### Kneipp® Baldrian 500 mg

Filmtabletten für Erwachsene  
Baldrianwurzel-Pulver

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Anwendung dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie.**

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes, Apothekers oder medizinischen Fachpersonals ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt, Apotheker oder das medizinische Fachpersonal. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nach 2 Wochen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Kneipp® Baldrian 500 mg und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Kneipp® Baldrian 500 mg beachten?
3. Wie ist Kneipp® Baldrian 500 mg einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Kneipp® Baldrian 500 mg aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### **1. Was ist Kneipp® Baldrian 500 mg und wofür wird es angewendet?**

Kneipp® Baldrian 500 mg ist ein pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung.

Kneipp® Baldrian 500 mg wird angewendet bei Unruhezuständen und nervös bedingten Einschlafstörungen.

#### **2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Kneipp® Baldrian 500 mg beachten?**

##### **Kneipp® Baldrian 500 mg darf nicht eingenommen werden**

wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Baldrian oder einem der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile sind.

##### **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen**

Falls die Unruhezustände und nervös bedingten Einschlafstörungen länger als 2 Wochen andauern oder sich verschlimmern, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

##### **Kinder und Heranwachsende**

Die Anwendung von Kneipp Baldrian 500 mg wird bei Kindern und Heranwachsenden unter 18 Jahren nicht empfohlen, da für die sichere Anwendung in dieser Altersgruppe keine ausreichenden Informationen vorliegen.

### **Einnahme von Kneipp Baldrian 500 mg zusammen mit anderen Arzneimitteln**

Untersuchungen mit diesem Arzneimittel zu Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln wurden nicht durchgeführt.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen / anwenden, kürzlich eingenommen / angewendet haben oder beabsichtigen, andere Arzneimittel einzunehmen / anzuwenden.

### **Einnahme von Kneipp Baldrian 500 mg zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken**

Während der Anwendung dieses Arzneimittels sollten Sie möglichst keinen Alkohol trinken.

**Schwangerschaft und Stillzeit** Wenn Sie schwanger sind oder stillen, oder wenn Sie vermuten, schwanger zu sein oder beabsichtigen schwanger zu werden, fragen Sie vor der Anwendung dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Aus der verbreiteten Anwendung von Baldrianwurzel als Arzneimittel haben sich bisher keine Anhaltspunkte für Risiken in der Schwangerschaft und in der Stillzeit ergeben, Ergebnisse experimenteller Untersuchungen liegen aber nicht vor. Sie sollten deshalb dieses Arzneimittel in der Schwangerschaft und in der Stillzeit nicht einnehmen.

### **Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen:**

Sie sollten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme dieses Arzneimittels kein Kraftfahrzeug führen, Maschinen bedienen oder Arbeiten ohne sicheren Halt durchführen, da Ihr Reaktionsvermögen auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch beeinträchtigt werden kann. Dies gilt im verstärkten Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

## **3. Wie ist Kneipp® Baldrian 500 mg einzunehmen?**

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

### **Die empfohlene Dosis beträgt**

für Erwachsene:

- zur Behandlung von Unruhezuständen bis zu 3mal täglich 4 Filmtabletten
- zur Behandlung von nervös bedingten Einschlafstörungen 4-6 Filmtabletten<sup>1</sup>/<sub>2</sub> bis 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Falls notwendig, können Sie zusätzlich 4 Filmtabletten bereits früher im Verlauf des Abends einnehmen.

Filmtabletten nicht im Liegen einnehmen.

Nehmen Sie die Filmtabletten bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

### **Kinder und Heranwachsende**

Die Anwendung bei Kindern und Heranwachsenden unter 18 Jahren wird **nicht** empfohlen (siehe Abschnitt 2. „Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen“).

Wie lange sollten Sie Kneipp® Baldrian 500 mg einnehmen?

Die Anwendungsdauer von diesem Arzneimittel ist nicht prinzipiell begrenzt.

Beachten Sie jedoch den Hinweis unter „Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen“.

### **Wenn Sie eine größere Menge von Kneipp® Baldrian 500 mg eingenommen haben, als Sie sollten:**

Wenn Sie versehentlich einmal das doppelte oder dreifache der vorgesehenen Dosierung

(entspricht 8 bis 12 Filmtabletten dieses Arzneimittels) mehr als vorgesehen eingenommen haben, so hat dies in der Regel keine nachteiligen Folgen. Setzen Sie in diesem Fall die Einnahme so fort, wie es in der Dosierungsanleitung beschrieben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde.

Falls Sie dieses Arzneimittel erheblich überdosiert haben, sollten Sie Rücksprache mit einem Arzt nehmen.

**Wenn Sie die Einnahme von Kneipp® Baldrian 500 mg vergessen haben:**

Nehmen Sie nicht die doppelte Menge ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

#### **4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?**

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Nach der Einnahme von Zubereitungen aus Baldrianwurzeln können Magen-Darm-Symptome (z.B. Übelkeit, Bauchkrämpfe) auftreten. Die Häufigkeit ist nicht bekannt.

#### **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.

#### **5. Wie ist Kneipp® Baldrian 500 mg aufzubewahren?**

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum ist auf Faltschachtel und Behältnis angegeben und bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Nicht über 30°C aufbewahren.

Entsorgen Sie Arzneimittel niemals über das Abwasser (z.B. nicht über die Toilette oder das Waschbecken). Fragen Sie in Ihrer Apotheke, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei. Weitere Informationen finden Sie unter [www.bfarm.de/arsneimittelentsorgung](http://www.bfarm.de/arsneimittelentsorgung).

#### **6. Inhalt der Packung und weitere Informationen**

##### **Was Kneipp® Baldrian 500 mg enthält:**

##### **Der Wirkstoff ist:**

1 Filmtablette enthält:

Baldrianwurzel-Pulver 500 mg

**Die sonstigen Bestandteile sind:**

Magnesiumstearat (Ph.Eur.) [pflanzlich], Hochdisperses Siliciumdioxid, Crospovidon (Typ A), Schellack (wachsfrei), Talkum, Arabisches Gummi getrocknete Dispersion, Langkettige Partialglyceride.

**Inhalt der Packung**

Kneipp® Baldrian 500 mg ist in Packungen mit 60\* Filmtabletten erhältlich.

\*bzw. 90, 150, 240

**Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller**

Kneipp® GmbH

D-97064 Würzburg

Telefon: 00800-56 34 77 46 36 (international freecall)

Email: [info@kneipp.de](mailto:info@kneipp.de)

**Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im:**

Februar 2023