

Písomná informácia pre používateľa

NERVOVÁ ČAJOVÁ ZMES

čajovina

koreň valeriány, vňať medovky, vňať mäty piepornej, plod fenikla sladkého

Pozorne si prečítajte celú písomnú informáciu predtým, ako začnete užívať tento liek, pretože obsahuje pre vás dôležité informácie.

Vždy užívajte tento liek presne tak, ako je to uvedené v tejto písomnej informácii alebo ako vám povedal váš lekár alebo lekárnik.

- Túto písomnú informáciu si uschovajte. Možno bude potrebné, aby ste si ju znovu prečítali.
- Ak potrebujete ďalšie informácie alebo radu, obráťte sa na svojho lekárnik.
- Ak sa u vás vyskytne akýkoľvek vedľajší účinok, obráťte sa na svojho lekára, lekárnik alebo zdravotnú sestru. To sa týka aj akýchkoľvek vedľajších účinkov, ktoré nie sú uvedené v tejto písomnej informácii. Pozri časť 4.
- Ak sa do 4 týždňov nebudete cítiť lepšie alebo sa budete cítiť horšie, musíte sa obrátiť na lekára.

V tejto písomnej informácii sa dozviete:

1. Čo je Nervová čajová zmes a na čo sa používa
2. Čo potrebujete vedieť predtým, ako užijete Nervovú čajovú zmes
3. Ako užívať Nervovú čajovú zmes
4. Možné vedľajšie účinky
5. Ako uchovávať Nervovú čajovú zmes
6. Obsah balenia a ďalšie informácie

1. Čo je Nervová čajová zmes a na čo sa používa

Nervová čajová zmes je tradičný rastlinný liek používaný pri stavoch celkového nepokoja a podráždenosti, pri nervovo podmienených ľahších poruchách zaspávania a spánku, funkčných poruchách trávenia nervového pôvodu.

Nervovú čajovú zmes môžu užívať dospelávajúci od 12 rokov a dospelí.

Tradičný rastlinný liek určený na indikácie overené výhradne dlhodobým používaním.

2. Čo potrebujete vedieť predtým, ako užijete Nervovú čajovú zmes

Neužívajte Nervovú čajovú zmes

- ak ste alergický na koreň valeriány, vňať medovky, vňať mäty piepornej, plod fenikla sladkého, silicu mäty piepornej alebo mentol, na rastliny z čeľade *Apiaceae* (mrkvovité) (napr. aníz, rasca, zeler, koriander, kôpor) alebo na anetol.

Upozornenia a opatrenia: Predtým, ako začnete užívať Nervovú čajovú zmes, obráťte sa na svojho lekára alebo lekárnik.

Ak sa príznaky zhoršia počas používania Nervovej čajovej zmesi, je potrebné vyhľadať lekára alebo kvalifikovaný zdravotnícky personál.

Ak máte gastroezofágový reflux (návrat obsahu žalúdka späť do pažeráka, prejavujúci sa pálením záhy), nemáte užívať tento čaj, pretože vaše ťažkosti sa môžu zosilniť.

Ak máte žlčníkové kamene alebo iné ochorenia žlčových ciest, poraďte sa o užívaní čaju s lekárom.

Deti: Použitie u detí do 12 rokov sa neodporúča vzhľadom k nedostatku údajov.

Iné lieky a Nervová čajová zmes: Ak teraz užívate alebo ste v poslednom čase užívali, či práve budete užívať ďalšie lieky, povedzte to svojmu lekárovi alebo lekárnikovi.

Tehotenstvo a dojčenie: Ak ste tehotná alebo dojčíte, ak si myslíte, že ste tehotná alebo ak plánujete otehotnieť, poraďte sa so svojim lekárom alebo lekárnikom predtým, ako začnete užívať tento liek. Vzhľadom k nedostatku údajov sa používanie počas tehotenstva a dojčenia neodporúča.

Vedenie vozidiel a obsluha strojov: Nervová čajová zmes môže mať vplyv na schopnosť viesť vozidlá a obsluhovať stroje. I v doporučenom dávkovaní môže mierne znížovať pozornosť pri riadení motorových vozidiel, obsluhu strojov, práci vo výškach a pod.

3. Ako užívať Nervovú čajovú zmes

Vždy užívajte tento liek presne tak, ako je to uvedené v tejto písomnej informácii alebo ako vám povedal váš lekár alebo lekárnik. Ak si nie ste niečím istý, overte si to u svojho lekára alebo lekárnika.

Dávkovanie: Odporúčaná dávka pre dospelých a dospievajúcich vo veku od 12 rokov: 3-krát denne.

Spôsob podávania:

Jedno záparové vrecko zalejte 250 ml vriacej vody a nechajte 5 minút lúhovať v zakrytej nádobe. Nesmie sa variť. Čaj pite teplý. Pri poruchách spánku a zaspávania použite dve vrecká na 1 šálku čaju, vypite pred spaním. Čaj pripravujte bezprostredne pred použitím.

Ak sa do 4 týždňov od zahájenia liečby príznaky nezlepšia alebo sa zhoršujú, vyhľadajte lekára. Bez porady s lekárom čaj užívajte najdlhšie 6 týždňov.

Ak užijete viac Nervové čajové zmesi, ako máte: Nebol hlásený žiadny prípad predávkovania.

Ak zabudnete užiť Nervovú čajovú zmes: Neužívajte dvojnásobnú dávku, aby ste nahradili vynechanú dávku.

Ak máte akékoľvek ďalšie otázky týkajúce sa použitia tohto lieku, opýtajte sa svojho lekára alebo lekárnika.

4. Možné vedľajšie účinky

Tak ako všetky lieky, aj tento liek môže spôsobovať vedľajšie účinky, hoci sa neprejavia u každého. Vzhľadom na obsah koreňa valeriány sa môžu vyskytnúť tráviace ťažkosti (napr.: nevoľnosť, kŕče v bruchu), ďalej sa môžu vyskytnúť alergické reakcie na fenikel postihujúce kožu alebo dýchací systém a môžu sa zosilniť ťažkosti s pálením záhy. Častosť výskytu týchto vedľajších účinkov nie je známa.

Hlásenie vedľajších účinkov

Ak sa u vás vyskytne akýkoľvek vedľajší účinok, obráťte sa na svojho lekára, lekárnika alebo zdravotnú sestru. To sa týka aj akýchkoľvek vedľajších účinkov, ktoré nie sú uvedené v tejto písomnej informácii. Vedľajšie účinky môžete hlásiť aj priamo na **národné centrum hlásenia uvedené v Prílohe V**. Hlásením vedľajších účinkov môžete prispieť k získaniu ďalších informácií o bezpečnosti tohto lieku.

5. Ako uchovávať Nervovú čajovú zmes

Uchovávajte v suchu, pri teplote do 25 °C. Tento liek uchovávajte mimo dohľadu a dosahu detí. Neužívajte tento liek po dátume expirácie, ktorý je uvedený na škatulke a prebale záparového vrecka po EXP. Dátum expirácie sa vzťahuje na posledný deň v danom mesiaci.

6. Obsah balenia a ďalšie informácie

Čo obsahuje Nervová čajová zmes: Jedno záparové vrečko (1,5 g) obsahuje 450 mg koreňa valeriány (*Valerianae radix*), 450 mg vňate medovky (*Melissae herba*), 450 mg vňate mäty piepornej (*Menthae piperitae herba*), 150 mg plodu fenikla sladkého (*Foeniculi dulcis fructus*).

Ako vyzerá Nervová čajová zmes a obsah balenia: Čajovina. Záparové vrečka s obsahom zmesi rozdrobených drog hnedozelenej farby a tmavozeleného komprimátu. Zmes má charakteristický zápach po valeriáne.

20 záparových vreciek po 1,5 g (hmotnosť náplne 30 g): záparové vrečko z filtračného papiera s visačkou, s PP prebalom, škatuľka.

Držiteľ rozhodnutia o registrácii a výrobca: Megafyt Pharma s. r. o., U Elektrárny 516, 252 46 Vrané nad Vltavou, Česká republika

Tato písomná informácia bola naposledy aktualizovaná v novembri 2024.