

Valeriana GPH Kapseln

Der Baldrian ist eine mehrjährige Pflanze aus der Gattung der Baldriangewächse (Valerianaceae). Valere kommt aus dem Lateinischen und bedeutet soviel wie „kräftig, gesund sein“. Obwohl in der Phytotherapie zahlreiche Pflanzen bekannt sind, denen beruhigende und ausgleichende Eigenschaften zugeschrieben werden, ist der Baldrian eine der altbewährtesten und bekanntesten. Bereits im Mittelalter wusste man sich die heilsamen Kräfte des Baldrians zu Nutze zu machen. Die verwendete Baldrianwurzel (*Valerianae radix*) enthält eine Vielzahl an wichtigen Inhaltsstoffen, darunter ätherisches Öl, Valepotriate, Alkaloide und Lignane. Es ist die wertvolle Kombination der Inhaltsstoffe, die für den beruhigenden Effekt des Baldrians verantwortlich ist. Anwendung findet er bei Unruhe, Schlaf- und Einschlafstörungen sowie Angst- und Erregungszuständen. Auch volksmedizinisch wurde der Baldrian seit jeher als Nerven- und Beruhigungsmittel, vor allem auch bei klimakterischen Beschwerden geschätzt. Zudem wurde er als Mittel bei leichten Herzbeschwerden und zur Linderung von krampfartigen Schmerzen im Magen-Darm-Bereich eingesetzt. Der Einsatz von beruhigenden Pflanzen bringt im Vergleich zu synthetischen Schlaf- und Beruhigungsmitteln den Vorteil, dass es weder zu einer Abhängigkeit noch zur Beeinflussung des natürlichen Schlafmusters kommt.

Valeriana GPH Kapseln enthalten 120 mg oder 360 mg Baldrianwurzel Trockenextrakt in einer Hartgelatine kapsel. Psychische Belastung und ein Zuviel an Stress äußern sich vielfach in einem beeinträchtigten Schlafrhythmus sowie in psychischer Erregbarkeit, motorischer Unruhe und führen bis hin zu Burnout. Durch die beruhigende Eigenschaft von Baldrian kann dieser sowohl bei Schlaf- und Einschlafstörungen Abhilfe schaffen, als auch allgemeine Erregungszustände lindern und somit zu einer Verbesserung des Befindens beitragen. Je nach Bedarfssituation kann aus verschiedenen Produkten gewählt werden. 120 mg zur mehrmaligen Einnahme bei nervlicher Belastung am Tag bzw. bei Schlaf- und Einschlafstörungen 360 mg bevorzugt vor dem Zu-Bett-gehen.

Rohstoffbeschreibung:

Der verwendete Baldrianwurzel Trockenextrakt ist von hoher Qualität. Bei der Produktion werden keine Hilfsstoffe wie Farb- oder Konservierungsmittel eingesetzt. Die in den Hartgelatine kapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE-geprüfte Pharmagelatine.

Verzehrempfehlung:

Valeriana 120 mg Kapseln: 1-3 x 1 Kapsel täglich

Valeriana 360 mg Kapseln: 1 Kapsel vor dem Zu-Bett-gehen

Hinweise:

Glutenfrei. Hefefrei.



Vertrieb Österreich:

GALL PHARMA GmbH

Grünhüblgasse 25, A-8750 Judenburg, Tel: 03572 - 86996

Fax: 03572 – 869969

Informationen für österreichische Konsumenten: e-mail: gallpharma @ gall.co.at - www.gall.co.at

Seite 1 von 2

Infoversion 0001

Stand: März 2012

3998559	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	30 St
3998565	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	60 St
3998571	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	90 St
3998588	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	120 St
3998594	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	180 St
3998602	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	360 St
3998619	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	750 St
3998625	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	1750 St
3998631	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	30 St
3998648	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	60 St
3998654	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	90 St
3998660	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	120 St
3998677	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	180 St
3998683	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	360 St
3998708	Valeriana 360 mg GPH Kapseln	750 St
3998714	Valeriana 120 mg GPH Kapseln	1750 St



Vertrieb Österreich:

GALL PHARMA GmbH

Grünhüblgasse 25, A-8750 Judenburg, Tel: 03572 - 86996

Fax: 03572 – 869969

Informationen für österreichische Konsumenten: e-mail: [gallpharma @ gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at) - www.gall.co.at

Seite 2 von 2

Infoversion 0001

Stand: März 2012