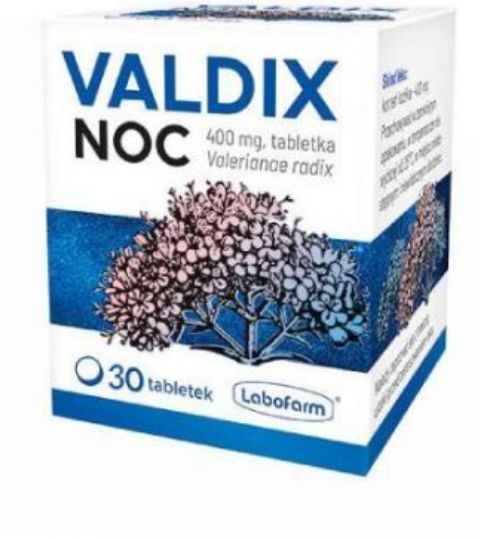


Valdix NOC 30 tabletek

Cena: 25,45 pln



Opis słownikowy

Dawka	400 mg
Opakowanie	30 tabl. (poj.)
Pojemność	30 sztuk
Postać	tabl.
Producent	LABORATORIUM FARMACEUTYCZNE LABOFARM SP. Z O.O. SP.KOMANDYT.
Rejestracja	Lek ziołowy
Substancja czynna	Valeriana officinalis

Opis produktu

Opis:

Trudności w zasypianiu mogą być spowodowane różnymi czynnikami, zarówno fizycznymi, jak i psychologicznymi. Oto kilka potencjalnych czynników, które mogą przyczyniać się do trudności w zasypianiu:

Nieprawidłowe nawyki snu: Nieprawidłowe nawyki snu, takie jak nieregularne godziny spania, długie drzemki w ciągu dnia, spożywanie kofeiny lub alkoholu przed snem, mogą zakłócać naturalny rytm snu i utrudniać zasypianie.

Stres i niepokój: Wysoki poziom stresu, niepokoju, myśli kłopotliwych lub niewłaściwej regulacji emocji mogą utrudniać uspokojenie się i zasypianie. Natrętne myśli i niepokojące wydarzenia mogą przetrzymywać w nocy i utrudniać relaksację.

Środowisko snu: Nieodpowiednie środowisko snu, takie jak głośnie otoczenie, jasne światło, nieodpowiednia temperatura lub niewygodne łóżko i poduszka, może wpływać na trudności w zasypianiu.

Zaburzenia snu: Niektóre zaburzenia snu, takie jak bezsenność, zespół niespokojnych nóg (RLS) czy bezdech senny, mogą powodować trudności w zasypianiu. Warto skonsultować się z lekarzem, jeśli podejrzewasz, że masz któreś z tych zaburzeń.

Zmiana strefy czasowej: Podróżowanie między strefami czasowymi i związane z tym zakłócenie rytmu snu-wagi (jet lag) może prowadzić do trudności w zasypianiu i dostosowaniu się do nowego harmonogramu snu.

Niezdrowy styl życia: Niewłaściwa dieta, brak regularnej aktywności fizycznej i nadmierna ekspozycja na elektroniczne urządzenia przed snem (np. telewizja, komputer, smartfon) mogą mieć negatywny wpływ na sen i utrudniać zasypianie.

Napięcie nerwowe, znane również jako nerwica lub zaburzenie lękowe, może objawiać się różnymi symptomami zarówno fizycznymi, jak i emocjonalnymi. Oto niektóre z często występujących objawów napięcia nerwowego:

Napięcie mięśniowe: Odczuwanie napięcia, sztywności lub bólu mięśni, zwłaszcza w obszarach takich jak szyja, plecy lub ramiona. Może to prowadzić do dolegliwości, takich jak bóle głowy lub napięciowe bóle mięśni.

Zmęczenie: Odczuwanie przewlekłego zmęczenia, braku energii i ogólnego osłabienia, które może utrudniać normalne funkcjonowanie i wykonywanie codziennych czynności.

Trudności z koncentracją: Trudności w skupieniu uwagi, zapominanie lub rozproszenie uwagi, które mogą wpływać na wydajność w pracy lub szkole.

Trudności ze snem: Problemy ze zasypianiem, utrzymaniem snu lub niestabilny sen. Osoby z napięciem nerwowym często doświadczają trudności w wyłączeniu myśli i zrelaksowaniu się przed snem.

Irytowalność: Skłonność do częstego drażnienia się, frustracji, szybkiego wybuchu złości lub nadmiernej reaktywności na małe stresory.

Lęki i niepokój: Nadmierne obawy, niepokój, uczucie niepokoju lub niepokojące myśli, które mogą być trudne do opanowania i utrudniają codzienne funkcjonowanie.

Problemy żołądkowe: Zaburzenia żołądkowo-jelitowe, takie jak ból brzucha, nudności, wzdęcia, zgaga czy niestrawność.

Objawy autonomiczne: Objawy fizyczne związane z reakcją układu autonomicznego, takie jak przyspieszone bicie serca (tachykardia), pocenie się, drżenie, uczucie duszności, zawroty głowy czy uczucie zimna lub gorąca.

Zwiększona czujność: Nadmierna czujność, hiperwigiilancja lub skłonność do przewrażliwienia na bodźce zewnętrzne, co może prowadzić do chronicznego poczucia zagrożenia.

Zmiany nastroju: Fluktuacje nastroju, uczucie przygnębienia, smutku lub niestabilności emocjonalnej.

Wskazania:

Tradycyjnie w łagodnych objawach napięcia nerwowego i trudnościach w zasypianiu.

Przeciwwskazania:

Nie należy stosować leku w przypadku nadwrażliwości na korzeń kozłka.

Dzieci:

Nie zaleca się stosowania leku u osób poniżej 12 lat.

Dawkowanie:

Młodzież powyżej 12 lat, dorośli, osoby w wieku podeszłym: w łagodnych objawach napięcia nerwowego od 1 do 2 tabletek do 3 razy dziennie. W trudnościach w zasypianiu od 1 do 2 tabletek pół godziny do godziny przed snem lub, jeśli konieczne, dodatkowo od 1 do 2 tabletek wieczorem.

Skład:

korzeń kozłka (Valerianae radix) - 400 mg

Jedna tabletkę zawiera nie mniej niż 0,32 mg kwasów walerenowych.

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.

ul. Lubichowska 176 b

83-200 Starogard Gdański

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.