



Natürlich in den Schlaf finden

Schlafstörungen können viele Ursachen haben. Beruhen sie auf Stress oder Überlastung, können natürliche und gut verträgliche Arzneimittel wie Neurexan® einen erholsamen Schlaf fördern. Die Kombination aus Passionsblume, Hafer, Zincum isovalerianicum und Kaffeesamen in homöopathischer Dosierung entfaltet eine beruhigende Wirkung und sorgt so für einen entspannten Schlaf.

Stressfaktoren wie Zeitdruck, permanente Verfügbarkeit und Arbeitsverdichtung, die Doppelbelastung von Familie und Beruf oder auch familiäre Probleme und Sorgen sind häufige Gründe dafür, warum es trotz Müdigkeit mit dem Einschlafen nicht klappen will. Medikamente mit zentral dämpfenden Substanzen wie Benzodiazepinen sind in diesen Fällen keine gute Wahl, da sie oft benommen machen und so zu Gangunsicherheit und einer erhöhten Sturzgefahr führen können – insbesondere beim nächtlichen Gang zur Toilette. Da die Wirkung chemischer Schlafmittel oft über die Nacht hinaus anhält (Hangover), steigt außerdem die Unfallgefahr bei der Arbeit und im Straßenverkehr. Zudem führen viele chemische Schlafmittel zur Gewöhnung und bergen

somit ein Abhängigkeitsrisiko in sich. Frei von all diesen Nebenwirkungen ist hingegen das rezeptfreie, natürliche Arzneimittel Neurexan®. Wechselwirkungen sind ebenfalls nicht bekannt, sodass es in Kombination mit anderen Medikamenten und über einen längeren Zeitraum angewendet werden kann. Bleiben die Schlafprobleme allerdings über mehr als drei Wochen bestehen, ist ein Besuch beim Arzt anzuraten, um organische Ursachen auszuschließen.

Die Stammkundin Frau Mertens, 65 Jahre alt, leidet seit dem Tod ihres Mannes unter Schlafstörungen. Ihr Arzt hat ihr ein Benzodiazepin verordnet. Sie beklagt sich bei der PTA Frau Schön darüber, dass sie sich

morgens immer noch müde fühlt und ihr schwindelig ist.

PTA Frau Schön: Hallo, Frau Mertens. Nehmen Sie das verschriebene Schlafmittel immer noch ein?

Frau Mertens: Ja. Ich habe versucht, ohne das Medikament einzuschlafen, aber das

Am späten Nachmittag oder frühen Abend eingenommen, hilft das natürliche Arzneimittel Neurexan® dabei, besser ein- und durchzuschlafen. Es stärkt die Nerven, entspannt und beruhigt rasch.

gelingt mir nicht. Ich komme nicht zur Ruhe, und die Gedanken drehen sich im Kreis. Morgens fühle ich mich allerdings selten ausgeschlafen, und ich habe Angst, dass ich auf dem Weg zur Toilette stürze.



PTA Frau Schön: Es ist gut, dass Sie mir von Ihren Problemen mit dem chemischen Schlafmittel erzählen. Denn so sinnvoll eine solche Verschreibung für einen begrenzten Zeitraum auch sein kann, das Medikament hat erhebliche Nebenwirkungen. Damit Sie schlafen können, wirkt es zentral dämpfend. Oftmals hält diese Wirkung auch nach dem Aufstehen noch an – das nennt sich Hangover-Effekt. Daher fühlen Sie sich morgens müde, und Ihnen ist schwindelig. Das Risiko, dass Sie stürzen, steigt – übrigens auch nachts, wenn Sie doch einmal aufwachen und zur Toilette müssen.

Frau Mertens: Können Sie mir nicht etwas Natürliches empfehlen, etwas ohne Nebenwirkungen?

PTA Frau Schön: Ich empfehle Ihnen Neurexan. Für das natürliche Arzneimittel sind weder Nebenwirkungen noch Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten bekannt. Sprechen Sie aber bitte nochmal mit Ihrem Arzt. Er muss entscheiden, ob Sie die Dosis des chemischen Schlafmittels verringern oder ganz darauf verzichten können.

Frau Mertens: Das mache ich. Woraus besteht Neurexan?

PTA Frau Schön: Das natürliche Arzneimittel vereint die Extrakte aus Blüten und Blättern der Passionsblume, blühendem Hafer und getrockneten Kaffeesamen in homöopathischer Dosierung mit der Wirkkraft von Kristallen eines Stoffes, der in der Baldrianwurzel enthalten ist. In dieser Kombination wirkt das natürliche Arzneimittel regulierend auf das Nervensystem und hilft gegen Unruhezustände und Schlaflosigkeit. Und während Sie von chemischen Schlafmitteln abhängig werden können, besteht diese Gefahr für Neurexan nicht. Sie können es auch über einen längeren Zeitraum einnehmen.

Frau Mertens: Und wie muss ich es anwenden?

PTA Frau Schön: Damit Sie besser einschlafen, lassen Sie schon am späten Nachmittag oder frühen Abend ein bis zwei Tabletten im Mund zergehen und wiederholen dies eventuell nochmal etwa eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen. Und sollten Sie sich am Tag unruhig fühlen, können Sie Neurexan auch tagsüber anwenden. Es hilft, Ihr inneres Gleichgewicht wieder herzustellen, ausgeglichener und ruhiger zu werden. Ihre Konzentrations- und Leistungsfähigkeit

Neurexan® ...

- > wirkt schnell bei vegetativen Stresssymptomen wie nervöser Unruhe und Schlafstörungen,
- > verursacht keinen Hangover-Effekt,
- > hat kein Abhängigkeitspotenzial und kann auch über einen längeren Zeitraum eingenommen werden,
- > ist ein natürliches Arzneimittel, welches in Kombination mit anderen Medikamenten angewendet werden kann,
- > wirkt schnell auch bei akuter Anwendung,
- > reduziert das Stressempfinden, indem es nachweislich den Blutspiegel des Stresshormons Cortisol senkt¹,
- > beeinträchtigt nicht die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit und die Fahrtüchtigkeit.

Neurexan®

werden nicht beeinträchtigt, und Sie können auch weiterhin Auto fahren.

Frau Mertens: Bitte geben Sie mir eine Packung Neurexan, ich probiere es aus.

PTA Frau Schön: Gerne. Und ich habe noch einen Tipp für Sie. Genießen Sie vor dem Schlafengehen ein warmes Aromafußbad. Lösen Sie hierzu beruhigende Zusätze wie Melissenöl in maximal 37 Grad Celsius warmem Wasser auf und baden Sie die Füße für eine Viertelstunde darin.

¹Doering BK, Wegner A, Hadamitzky M, Engler H, Rief W, Schedlowski M, Life Sciences 146 (2016) 139–147

Neurexan® Tabletten Zul.-Nr.: 16814.00.01. Zus.: 1 Tabl. enth.: Arzneil. wirks. Bestandt.: Passiflora incarnata Dil. D2, Avena sativa Dil. D2, Coffea arabica Dil. D12, Zincum isovalerianicum Dil. D4 jeweils 0,6 mg. Sonst. Bestandt.: Magnesiumstearat, Lactose-Monohydrat. Anw.geb.: Sie leiten sich von den homöopath. Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schlafstörungen u. nerv. Unruhezustände. Vorsicht b. anhaltenden, unklaren o. neu auftretenden Beschw. Gegenanz.: Keine bekannt. Nebenwirk.: Keine bekannt. Bei der Einnahme eines homöopath. Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschw. vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). Warnhinweis: Enth. Lactose. Packungsbeilage beachten. **Biologische Heilmittel Heel GmbH, Dr.-Reckeweg-Straße 2-4, 76532 Baden-Baden, www.heel.de**