

## Gebrauchsinformation - Beipack Johanniskrautblüten Tinktur 50ml



### Information für Anwender

Vor der Anwendung bitte die Packungsbeilage sorgfältig durchlesen.

**Dieses Produkt ist ausschließlich für Erwachsene.**

**Die Einnahme und Anwendung dieses Produktes wie in dieser Gebrauchsinformation beachten.**

### Was ist Johanniskrautblüten Tinktur?

Es werden die Blüten vom wilden „Echten Johanniskraut“ mit Ethanol 70%ig mazeriert. Das Verhältnis beträgt 25g frische Johanniskrautblüten mazeriert mit 100g Ethanol 70%ig.

Hauptwirkstoff Hyperforin liegt zwischen 0,07 und 0,3%.

Farbstoff Hypericin liegt zwischen 0,05 und 0,15%.

### Mögliche mazerierte Inhaltsstoffe:

Adhyperforin, Chlorophyll, Carotinoide, Flavonoid-Aglyca, Quercin, Biapigenine, Xanthone, Hypericin und Hyperforin.

### Wirkung der möglichen Inhaltsstoffe:

- Adhyperforin ist ein notwendiger Wirkstoff, der gemeinsam mit Hyperforin und Hypericin, die Stabilität des Hormonhaushaltes gewährleistet. Ein stabiler Hormonhaushalt ist eine wesentliche Voraussetzung für die Linderung und Heilung einer Depression.
- Biapigenine hat eine positive Auswirkung auf den Serotoninspiegel (Serotonin hemmt Stimmungsschwankungen und Depression) im Gehirn. Daher gut gegen Burnout, Panikattacken und Depressionen.
- Carotinoide wird im Körper zu Vitamin A1 (Retinol) umgewandelt. Stärkt gesunde Nervenzellen in Nervenbahnen, im Gehirn und Rückenmark.
- Chlorophyll ein Blattfarbstoff wirkt blutbildend und unterstützt den Körper in vielen lebenserhaltenden Vorgängen.
- Hypericin ist das Antidepressivum schlechthin.
- Hyperforin und Adhyperforin gilt wie das Hypericin als Antidepressivum und ist ein Hauptbestandteil vom „Echten Johanniskraut“. Das Hyperforin sammelt sich hauptsächlich in der Blüte und im Blütenstempel des Johanniskrautes.
- Quercetin ein Vertreter der Flavonoide zeichnet sich durch seine antioxidative und antiinflammatorische Wirkung aus und ist bei allen entzündlichen Erkrankungen indiziert, weil es die Freisetzung von Histaminen hemmt und wirkt beruhigend. Quercetin stärkt das Immunsystems.
- Xanthone wirkt im Körper antioxidativ mit den Eigenschaften wie antibakteriell, antibiotisch, anti-hepatotoxisch, anti-allergisch und antimykotisch.

### Beachtung vor der Einnahme

Johanniskrautblüten Tinktur kann zu jeder Tageszeit eingenommen werden unter Beachtung aller gesetzlichen Alkoholverbote. Johanniskrautblüten Tinktur ist im Allgemeinen gut verträglich. Beachten Sie Ihre Verträglichkeit des Alkohols Ethanol.

In Schwangerschaft und Stillzeit soll die " Johanniskrautblüten Tinktur " **nicht** eingenommen werden.

Frauen, die hormonelle Empfängnisverhütungsmittel ["Pille"] und gleichzeitig Johanniskrautblüten Tinktur einnehmen, können Zwischenblutungen auftreten und die Sicherheit der "Pille" als Empfängnisverhütungsmittel kann herabgesetzt sein. Es sollten deshalb zusätzliche empfängnisverhütende Maßnahmen ergriffen werden.

Beachten Sie vor der Einnahme und Anwendung die bekannten Wechselwirkungen mit pharmazeutischen Produkten (siehe Wechselwirkungen).

### Indikationen äußerlich mit Kompressen:

Gelenkschmerzen, Wundbeschwerden, Blutergüsse, Quetschungen, Ekzeme, Schwellungen, Prellungen, verbessert die Heilung von Narben und gewisse Hautallergien.

Für 1 Liter Wasser 20 Tropfen.

Ist auch in Kombination mit essigsaurer Tonerde möglich bei Prellungen und Sonnenbrand.

## Gebrauchsinformation - Beipack Johanniskrautblüten Tinktur 50ml



### **Indikationen äußerlich für Bäder:**

Zum Entspannen, bei Erkältung (auch zum Inhalieren)

Menge für Sitz- und Vollbad: 70-150 Tropfen

Menge für Fußbad: 20-25 Tropfen

### **Indikationen innerlich:**

Gegen alle Formen von Depressionen, Depressionsschübe, lindert alle zur Depression gehörigen Schmerzen, (bitte lesen Sie unsere Beilage zum Thema Depressionen. Wenn nicht vorhanden, diese bitte anfordern), Burnout, Panikattacken, Schlafstörungen.

Bei Frauen Herz-Kreislaufkrankungen (auch Herzmuskelentzündung), Entzündungen allgemeiner Art, stärkt das Immunsystem, wirkt positiv auf den Energiestoffwechsel, Schmerzen durch Rückenverspannungen, Muskelkrämpfe, plötzliches Auftreten von Schmerzen in Gelenken.

### **Woran ist bei Einnahme von Johanniskrautblüten Tinktur zusammen mit Nahrungs- und Genussmitteln und Getränken zu denken?**

**Keine** gemeinsame Einnahme mit Pharmaprodukten und Drogen.

### **Wie und wieviel/Tag ist das Johanniskrautblüten Tinktur oral ein zunehmen?**

1-3 mal täglich 8-15 Tropfen in ein Glas Wasser.

### **Wann kann die gewünschte Wirkung eintreten?**

Eine Wirkung kann erfahrungsgemäß je nach Beschwerden bereits schon nach wenigen Stunden eintreten.

Die Johanniskrautblüten Tinktur 50ml soll bei einer Therapie durchgehend angewendet werden bis Besserung eintritt.

### **Wie lange kann man die Therapie mit der Johanniskrautblüten Tinktur wiederholen?**

Wenn notwendig ohne Zeitbegrenzung. Keine Suchtgefahr.

### **Sollte die Einnahme einmal oder mehrmals vergessen werden:**

Holen Sie die Einnahme am folgenden Abend nach. Bleiben Sie bei der Tagesdosis.

### **Auswirkungen, wenn die Behandlung mit Johanniskrautblüten Tinktur abgebrochen wird:**

KEINE

### **Körperliche Überanstrengung**

Im Spitzensport, Kraftsport, längere Läufe (über 4km), soll die Einnahme der Johanniskrautblüten Tinktur eingeschränkt werden.

### **Wechselwirkungen können auftreten**

Die gemeinsame Einnahme mit pharmazeutischen Produkten ist generell **nicht** zu empfehlen, wie Antidepressiva, Schlaf- und Beruhigungsmittel, Schmerzmittel sowie Herz- und Kreislaufpräparate.

Kann bei gleichzeitiger Einnahme mit pharmazeutischen Produkten die Wirksamkeit aufheben, schwächen oder verstärken.

Wenn Arzneimittel eingenommen werden, die Wirkstoffe von Abstoßreaktionen gegenüber Transplantaten enthalten:

Ciclosporin, Tacrolimus zur innerlichen Anwendung, Sirolimus.

Bei Arzneimittel zur Behandlung von HIV-Infektionen oder AIDS: Indinavir, Nevirapin und zellwachstumhemmende Arzneimittel (Zytostatika): Imatinib, Irinotecan.

Vorsicht bei trizyklische Antidepressiva wie Amitriptylin, Nortriptylin, Duloxetin Generican. Johanniskrautblüten Tinktur kann mit bestimmten Antidepressiva wie Paroxetin, Sertralin, Trazodon in Wechselwirkung treten.

Achtung bei Arzneimittel zur Hemmung der Blutgerinnung wie Phenprocoumon, Warfarin. Digoxin, Midazolam.

### **UV-Bestrahlung**

Wann, wie und bei wem können Reaktionen durch UV-Bestrahlung nach einem ausgiebigen Sonnenbad oder Solarium auftreten?

Bei organischen gesunden Menschen wird keine Reaktion entstehen.

Reaktionen treten nur dann auf, wenn erkennbare oder noch nicht erkennbare Krankheiten vorhanden sind.

## Gebrauchsinformation - Beipack Johanniskrautblüten Tinktur 50ml



Wo können diese Reaktionen entstehen?

Die Reaktionen entstehen ausschließlich auf der Haut. Andere Organe sind nicht betroffen.

Wie erkennt man diese Reaktionen?

Die Haut kann an bestimmten Stellen Rötungen aufweisen, die nach Vermeidung des direkten Sonnenbades oder Solariums wieder vergehen.

### **Erhöhung des Heilerfolges:**

Die besten **Voraussetzungen** für eine wirkungsvolle Indikation sind richtige Ernährung, nicht rauchen, stressfrei leben.

### **Kontraindikationen nicht bekannt.**

**Geschmack:** alkoholisch

**Farbe:** rot

### **Aufbewahrung:**

Dunkel bei Raumtemperatur (max. 25°C)

**Haltbarkeit** bei Einhaltung der Aufbewahrungsempfehlung mindestens 2 Jahre.

**Abfülldatum:** siehe Glasflasche-Ablauffrist

**Inhalt:** 50ml

Vielen Dank für Ihre Wahl. Sie besitzen ein echtes Heil- und Naturprodukt.

Änderung auf Grund neuer Erkenntnisse und Erfahrungen jederzeit vorbehalten.