



## Seda-Plantina

überzogene Tabletten

150 mg Baldrianwurzel-Trockenextrakt,  
125 mg Melissenblätter-Trockenextrakt und  
110 mg Passionsblumenkraut-Trockenextrakt

Zur Anwendung bei Erwachsenen  
und Heranwachsenden ab 12 Jahren



### Gebrauchsinformation: Information für Patienten

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Einnahme dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nach 14 Tagen nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

#### Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Klosterfrau Seda-Plantina und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Klosterfrau Seda-Plantina beachten?
3. Wie ist Klosterfrau Seda-Plantina einzunehmen?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Klosterfrau Seda-Plantina aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### 1. Was ist Klosterfrau Seda-Plantina und wofür wird es angewendet?

Klosterfrau Seda-Plantina ist ein pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung. Klosterfrau Seda-Plantina wird angewendet bei Unruhezuständen und nervös bedingten Einschlafstörungen.

#### 2. Was sollten Sie vor der Einnahme von Klosterfrau Seda-Plantina beachten?

**Klosterfrau Seda-Plantina darf nicht eingenommen werden,**

- wenn Sie allergisch gegen Baldrianwurzel, Melissenblätter, Passionsblumenkraut oder einen der in Abschnitt 6. genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.

#### Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, bevor Sie Klosterfrau Seda-Plantina einnehmen. Falls die Beschwerden länger als 2 Wochen andauern oder sich verschlimmern, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.

#### Kinder

Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Deshalb wird die Einnahme dieses Arzneimittels für Kinder unter 12 Jahren nicht empfohlen.

#### Einnahme von Klosterfrau Seda-Plantina zusammen mit anderen Arzneimitteln

Es sind keine Wechselwirkungen bekannt.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen/anzuwenden, kürzlich andere Arzneimittel eingenommen/angewendet haben oder beabsichtigen andere Arzneimittel einzunehmen/anzuwenden.

#### Einnahme von Klosterfrau Seda-Plantina zusammen mit Nahrungsmitteln und Getränken

Während der Anwendung dieses Arzneimittels sollten Sie möglichst keinen Alkohol trinken.

#### Schwangerschaft und Stillzeit

Aus der verbreiteten Anwendung von Baldrianwurzel, Melissenblättern und Passionsblumenkraut als Arzneimittel haben sich bisher keine Anhaltspunkte für Risiken in der Schwangerschaft und Stillzeit ergeben. Ergebnisse experimenteller Untersuchungen liegen jedoch nicht vor. Sie sollten dieses Arzneimittel deshalb in der Schwangerschaft und Stillzeit nicht einnehmen.

Wenn Sie schwanger sind oder stillen, oder wenn Sie vermuten, schwanger zu sein oder beabsichtigen, schwanger zu werden, fragen Sie vor der Einnahme dieses Arzneimittels Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

#### Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen

Sie sollten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme dieses Arzneimittels keine Kraftfahrzeuge führen, Maschinen bedienen oder Arbeiten ohne sicheren Halt durchführen, da Ihr Reaktionsvermögen auch bei bestimmungsgemäßem Gebrauch beeinträchtigt werden kann. Dies gilt in verstärktem Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

#### Klosterfrau Seda-Plantina enthält Glucose, Lactose und Saccharose

Bitte nehmen Sie Klosterfrau Seda-Plantina erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Unverträglichkeit gegenüber bestimmten Zuckern leiden.





### 3. Wie ist Klosterfrau Seda-Plantina einzunehmen?

Nehmen Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers ein. Fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

Die empfohlene Dosis für Erwachsene und Heranwachsende ab 12 Jahren (ab einem Körpergewicht von 44 kg) beträgt:

#### Zur Behandlung von Unruhezuständen

Bis zu 3-mal täglich 1 überzogene Tablette. Falls notwendig, kann die Dosis auch auf täglich 3-mal 2 überzogene Tabletten erhöht werden.

#### Zur Behandlung von nervös bedingten Einschlafstörungen

2 überzogene Tabletten 0,5 bis 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Falls notwendig, können Sie zusätzlich 2 überzogene Tabletten bereits früher im Verlauf des Abends einnehmen.

Die maximale Dosis von 6 überzogenen Tabletten pro Tag sollte nicht überschritten werden.

Überzogene Tabletten nicht im Liegen einnehmen. Nehmen Sie die überzogene Tablette bitte unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit ein (vorzugsweise ein Glas Trinkwasser).

Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker, wenn Sie den Eindruck haben, dass die Wirkung dieses Arzneimittels zu stark oder zu schwach ist.

#### Wie lange sollten Sie Klosterfrau Seda-Plantina einnehmen?

Die Anwendungsdauer dieses Arzneimittels ist prinzipiell nicht begrenzt. Beachten Sie jedoch den Hinweis unter Abschnitt 2. „Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen“.

#### Wenn Sie eine größere Menge von Klosterfrau Seda-Plantina eingenommen haben, als Sie sollten

Wenn Sie versehentlich einmal das Doppelte oder Dreifache der vorgesehenen Dosierung (entspricht 3 - 6 überzogenen Tabletten dieses Arzneimittels) eingenommen haben, so hat dies in der Regel keine nachteiligen Folgen. Setzen Sie in diesem Fall die Einnahme so fort, wie es in der Dosierungsanleitung beschrieben ist oder von Ihrem Arzt verordnet wurde. Falls Sie dieses Arzneimittel erheblich überdosiert haben, sollten Sie Rücksprache mit einem Arzt halten.

#### Wenn Sie die Einnahme von Klosterfrau Seda-Plantina vergessen haben

Nehmen Sie nicht die doppelte Menge ein, wenn Sie die vorherige Einnahme vergessen haben.

### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei Jedem auftreten müssen.

Selten (*kann bis zu 1 von 1.000 Behandelten betreffen*) Magen-Darm-Beschwerden (z. B. Übelkeit, Bauchkrämpfe).

Sehr selten (*kann bis zu 1 von 10.000 Behandelten betreffen*) können allergische Hauterscheinungen auftreten.

In der Regel genügt ein Absetzen des Arzneimittels, um die Nebenwirkungen wieder verschwinden zu lassen. Bei den ersten Anzeichen einer Überempfindlichkeitsreaktion darf dieses Arzneimittel nicht nochmals eingenommen werden.

### Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de), anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

### 5. Wie ist Klosterfrau Seda-Plantina aufzubewahren?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton bzw. Behältnis angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Nicht über 30 °C lagern.

### 6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### Was Klosterfrau Seda-Plantina enthält

Eine überzogene Tablette enthält:

Die Wirkstoffe sind: 150 mg Trockenextrakt aus Baldrianwurzel (3 – 6 : 1), Auszugsmittel Ethanol 70 % (V/V); 125 mg Trockenextrakt aus Melissenblättern (3 – 7 : 1), Auszugsmittel Ethanol 30 % (m/m); 110 mg Trockenextrakt aus Passionsblumenkraut (5 – 7 : 1), Auszugsmittel Ethanol 60 % (V/V).

Die sonstigen Bestandteile sind: Saccharose (Saccharose), Maltodextrin, Cellulosepulver, Macrogol 6000, Talkum, Glucosesirup, Cellactose, hochdisperses Siliciumdioxid, Hypromellose, Titandioxid E 171, Povidon 25, Magnesiumstearat, Carnaubawachs, Eisenoxidhydrat x H<sub>2</sub>O E 172, Eisen-(III)-oxid E 172.

#### Wie Klosterfrau Seda-Plantina aussieht und Inhalt der Packung

Klosterfrau Seda-Plantina ist in Packungen mit 30 überzogenen Tabletten erhältlich.

#### Pharmazeutischer Unternehmer

DIVAPHARMA GmbH, Motzener Straße 41, D-12277 Berlin

#### Hersteller

Artesan Pharma GmbH & Co. KG, Wendlandstraße 1, D-29439 Lüchow

Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im Oktober 2022.

Wenn Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an die Klosterfrau Kundenberatung:  
Tel.: 0800/1652-100 Fax: 0800/1652-700  
E-Mail: [dialog@klosterfrau-service.de](mailto:dialog@klosterfrau-service.de)

