

ВалерианОВА®

добавка диетическая

Состав: основное действующее вещество: экстракт валерианы сухой – 300 мг; **вспомогательные вещества:** микрокристаллическая целлюлоза, карбонат кальция, аэросил 200, магния стеарат.

Рекомендации по применению: рекомендуется в качестве диетической добавки к рациону питания как дополнительный источник эфирного масла, изовалериановой кислоты, с целью профилактики и смягчения протекания расстройств сна; во время стресса, тревожности и нервной перегрузки; имеет успокоительные свойства.

Способ применения и рекомендованная суточная доза: применять взрослым по 1-2 капсулы 1-2 раза в сутки. Капсулы следует принимать не разжевывая, запивая достаточным количеством жидкости. При нарушениях сна лучше принимать 1 капсулу за 30 минут до сна или 2 раза в течение вечера: 1 капсулу за 2-3 часа до сна и 1 капсулу за 30 минут до сна. Курс применения определяет врач индивидуально.

Особенности применения: употреблять согласно рекомендациям фирмы-производителя и врача.

Предостережение относительно применения пищевого продукта определенными категориями населения (детьми, беременными женщинами, пожилыми людьми, спортсменами и аллергиками): перед применением необходима консультация врача. В период использования добавки диетической ВалерианОВА® следует воздерживаться от управления транспортными средствами и выполнения другой работы, требующей повышенного внимания, быстрых психических и двигательных реакций.

Противопоказания: беременность и период лактации, индивидуальная непереносимость, печеночная и почечная недостаточность.

Не является лекарственным средством.

Форма выпуска: желатиновые капсулы массой 340 г №10 или №20.

Название (наименование), полный адрес и телефон производителя: ООО «ОМНИФАРМА КИЕВ», Украина, 02088, г. Киев, ул. Ленина, 55, тел./факс: (044) 577-57-37. www.omnifarma.kiev.ua

Адрес мощностей (объекта) производства (местонахождение): 20741, Черкасская обл., Смелянский р-н, с. Сунки, ул. Ленина, 1.

Штрих-код: указан на упаковке.
ТУ У 15.8-35758392-001:2008

Важная дополнительная информация

В странах Евросоюза объем применения экстракта валерианы превышает 50 млн. упаковок в год. При этом валериана лекарственная по праву считается одной из альтернатив синтетическим снотворным и успокоительным средствам.^{1, 2, 3}

Мнение Европейских экспертов ^{1,2,3}	Наши отечественные традиции
Порог эффективности экстракта валерианы начинается с разовой дозы 300 мг. Средние терапевтические дозы составляют 600-1200 мг в сутки. Имеется огромное количество зарубежных исследований, подтверждающих эффективность и безопасность использования валерианы.	В СССР вследствие тотального дефицита экстракт валерианы выпускался в дозах 20-60 мг в таблетке, что в 15-20 раз ниже мировых стандартов ¹³ Никаких научных работ посвященных изучению валерианы и адекватности ее дозирования за годы независимости не было.



Разовый прием экстракта валерианы в дозе менее 100 мг соответствует эффекту плацебо (самовнушение)!^{1, 2, 3}

Согласно многочисленным зарубежным исследованиям рекомендуется следующий режим дозирования экстракта валерианы:^{1, 2, 3}

- ✓ **300 мг** – обеспечивает мягкий успокаивающий эффект и сокращает время засыпания;
- ✓ **600 мг** – используется для снятия серьезных стрессов;
- ✓ **600-1200 мг** – применяется курсом при хронической бессоннице;
- ✓ Снотворный эффект валерианы развивается постепенно, на протяжении **2-4 недель** регулярного приема.

ВалерианОВА® – содержит 300 мг экстракта валерианы в 1 капсуле. Европейский подход к применению валерианы!

¹ WHO monographs on selected medicinal plants Volume 1. – World Health Organization. – Geneva. – 1999. – p. 267-275

² Assessment report on Valeriana officinalis. L. – European Medicines Agency Evaluation of Medicines for Human Use. – London. – 2007.

³ С.В. Налетов. Клиническая фармакология препаратов валерианы и европейские традиции их применения: крушение постсоветских стереотипов. Обзор иностранных научных источников // Украинський медичний часопис. – 2009.



ВалеріанОВА®

Валеріанівна®
добавка дієтична

Важлива додаткова інформація

У країнах Євросоюзу об'єм застосування екстракту валеріани перевищує 50 млн. упаковок на рік. При цьому валеріана лікарська дійсно вважається однією з альтернатив синтетичним снодійним та заспокійливим засобом.^{1, 2, 3}

Склад: основна діюча речовина: екстракт валеріани сухий – 300 мг; допоміжні речовини: мікрокристалічна целюлоза, карбонат кальцію, аеросил 200, магнію стеарат.

Рекомендації щодо споживання: рекомендується в якості дієтичної добавки до раціону харчування як додаткове джерело ефірної олії, ізовалеріанової кислоти з метою профілактики та пом'якшення перебігу розладів сну; під час стресу, тривожності та нервового перевантаження; має заспокійливі властивості.

Спосіб застосування та рекомендована добова доза: вживати дорослим по 1-2 капсули 1-2 рази на добу. Капсули слід приймати не розжовуючи, запиваючи достатньою кількістю рідини. При порушеннях сну краще приймати 1 капсулу за 30 хвилин до сну або двічі на протязі вечора: 1 капсулу за 2-3 години до сну та 1 капсулу за 30 хвилин до сну. Курс споживання визначає лікар індивідуально.

Особливості застосування: вживати згідно з рекомендаціями фірми-виробника та лікаря.

Застереження щодо споживання харчового продукту певними категоріями населення (дітьми, вагітними жінками, літніми людьми, спортсменами та алергіками): перед споживанням необхідна консультація лікаря. У період використання добавки дієтичної Валеріанівна® слід утримуватися від керування транспортними засобами та виконання іншої роботи, яка потребує підвищеної уваги, швидких психічних та рухових реакцій.

Протипоказання: вагітність та період лактації, індивідуальна несприйнятливність, печінкова і ниркова недостатність.

Не є лікарським засобом.

Форма випуску: желатинові капсули масою 340 г №10 або №20.

Назва (найменування) та повна адреса і телефон виробника: ТОВ "ОМНІФАРМА КІІВ", Україна, 02088, м. Київ, вул. Леніна, 55, тел./факс: (044) 577-57-37. www.omnifarma.kiev.ua

Адреса потужностей (об'єкта) виробництва (місцезнаходження): 20741, Черкаська обл., Смілянський р-н, с. Сунки, вул. Леніна, 1.

Штрих-код: вказано на упаковці.

ТУ У 15.8-35758392-001:2008

Думка Європейських експертів ^{1,2,3}	Наші вітчизняні традиції
Поріг ефективності екстракту валеріани починається з разової дози 300 мг. Середні терапевтичні дози складають 600-1200 мг на добу. Є величезна кількість зарубіжних досліджень, що підтверджують ефективність та безпечність застосування валеріани.	У СРСР унаслідок тотального дефіциту екстракту валеріани випускався у дозах 20-60 мг у таблетці, що в 15-20 разів нижче за світові стандарти ³ . Жодних наукових робіт присвячених вивченню валеріани та адекватності її дозування за роки незалежності не було.



Разовий прийом екстракту валеріани у дозі менше ніж 100 мг відповідає ефекту плацебо (самонавіяння)!^{1, 2, 3}

Згідно численних закордонних досліджень рекомендується наступний режим дозування екстракту валеріани:^{1,2,3}

- ✓ **300 мг** – забезпечує м'який заспокійливий ефект та скорочує час засинання;
- ✓ **600 мг** – використовується для зняття серйозних стресів;
- ✓ **600-1200 мг** – застосовується курсом при хронічному безсонні;
- ✓ Снодійний ефект валеріани розвивається поступово, протягом **2-4 тижнів** регулярного прийому.

Валеріанова® – містить 300 мг екстракту валеріани в 1 капсулі.

Європейський підхід до застосування валеріани!

¹ WHO monographs on selected medicinal plants Volume I. – World Health Organization. – Geneva. – 1999. – p. 267-275

² Assessment report on Valeriana officinalis L. – European Medicines Agency Evaluation of Medicines for Human Use. – London. – 2007.

³ С.В. Налетов. Клиническая фармакология препаратов валерианы и европейские традиции их применения: крушение постсоветских стереотипов. Обзор иностранных научных источников // Украинский медицинский часопис. – 2009.

