

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

GUTE NACHT DEUTSCHLAND!

So finden Sie zurück in den Schlaf

Warum ein spezielles Schlafmittel Millionen Betroffenen Hoffnung schenkt und was Experten dazu sagen

Der Kampf gegen die Schlaflosigkeit: Mehr als 50 Prozent schlafen hierzulande schlecht ein, fast 70 Prozent leiden an Durchschlafproblemen, wachen nachts auf und sind am Morgen zermüht – Schlafstörungen sind zur wahren Volkskrankheit geworden. Kein Wunder, dass Schlaf-Apps, Melatoninprodukte oder klassische Schlafmittel derzeit boomen. Doch ausgerechnet eine Heilpflanze, die schon im 18. Jahrhundert als wirksames Schlafmittel galt, schenkt heute Millionen Deutschen Nacht für Nacht einen erholsamen Schlaf.

Ausgerechnet die historisch viel diskutierte Heilpflanze Baldrian, der man bereits von der Antike bis zum Mittelalter vielfältige Heilwirkungen zuschrieb, steht nun wieder im Fokus von Millionen Menschen als vielversprechende Hilfe gegen die zermürenden Schlafprobleme.

Wiederkehrende Schlafstörungen belasten Millionen Deutsche

Sich stundenlang im Bett hin- und herwälzen und einfach nicht zur Ruhe kommen – jeder zweite Deutsche kennt diese Probleme beim Einschlafen. Doch ein noch größeres Problem ist das Durchschlafen: Fast 70 Prozent leiden unter Durchschlafstörungen. Die Auslöser von Schlafstörungen, die Millionen Deutsche jede Nacht quälen, sind vielfältig, allen voran Stress und seelische Belastungen. Wenn sich die Gedanken überschlagen und das Nervenkostüm gereizt ist, ist an einen erholsamen Schlaf nicht zu denken. Laut DAK-Gesundheitsreport leiden etwa 80 Prozent der Erwerbstätigen unter Schlafstörungen.¹ Zudem haben fast 20 Prozent der 18- bis 31-Jährigen Ein- und Durchschlafprobleme, bei Kindern im Schulalter liegt die Häufigkeit sogar noch darüber.²



Experten raten dazu, anhaltende Schlafstörungen ernst zu nehmen und rechtzeitig Gegenmaßnahmen zu ergreifen. Denn nicht nur, dass immer wieder auftretende Schlafstörungen eine enorme Belastung im Alltag darstellen – Betroffene kämpfen häufig mit andauernder Müdigkeit oder Erschöpfung, sind am Tag gereizt und unkonzentriert und weisen oft auch äußerliche Symptome wie fahle Haut oder tiefe Augenringe auf. Andauernder Schlafmangel kann auch langfristige negative Folgen nach sich ziehen. So verdichten sich die Hinweise zunehmend, dass chronische Schlafstörungen u. a. zu Erkrankungen wie Diabetes mellitus, einem geschwächten Immunsystem oder psychischen Erkrankungen wie Depressionen führen können. Die American Heart Association listet gesunden Schlaf in einer aktuellen Publikation sogar als eine der acht essenziellen Komponenten für die Herzgesundheit auf.³

Die erste klassische Hilfe, die Betroffene oft wählen, sind chemisch-synthetische Schlafmittel. Doch diejenigen, die zu diesen Präparaten als schnelle Einschlafhilfe greifen, stellen häufig fest: Eine langfristige Lösung kann dies kaum sein. Denn zum einen reduzieren chemisch-synthetische Schlafmittel meist den Tiefschlaf, worunter die Schlafqualität enorm leiden kann. Betroffene kämpfen dann meist mit Müdigkeit am

Folgetag. Zum anderen gewöhnt sich unser Körper häufig an viele Präparate, sodass ihre Wirkung mit der Zeit nachlässt.

Das meistverkaufte pflanzliche Schlafmittel in deutschen Apotheken: Baldriparan – Stark für die Nacht

Das deutsche Forscherteam der traditionsreichen Apothekenmarke Baldriparan hatte sich also umfassend mit der historisch bemerkenswerten Arzneipflanze Baldrian und vor allem deren Dosierung beschäftigt: Sie extrahierten einen hochdosierten Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel und bereiteten ihn in spezieller hoher Dosierung im Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke) auf. So entstand ein gut verträgliches, pflanzliches Arzneimittel, welches bei nervös bedingten Schlafstörungen helfen kann. Dabei beschleunigt Baldriparan nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen – und das ohne Gewöhnungseffekt. Das Präparat wirkt rein pflanzlich, verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht, bewahrt die Tiefschlafphase und fördert so das Durchschlafen.⁵

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1 aus der Apotheke: „Ich hasse es, wenn ich müde bin, aber das Gehirn weiterquatscht. Eine Schlaftablette ist mir zu viel Chemie, also habe ich es mit

Baldriparan – Stark für die Nacht probiert. Und es funktioniert bei mir. Nach der Einnahme 1 Tablette habe ich das Gefühl, im Oberstübchen wird es ruhig und ich finde schnell in den Schlaf. Am nächsten Morgen bin ich fit.“

Tipp: Schlafstörungen sind häufig ein wiederkehrendes Thema. Viele Leute kaufen daher gleich drei Packungen Baldriparan, damit sie nicht Gefahr laufen, bei einem Ausverkauf die Anwendung nicht fortsetzen zu können. Hier können Sie bequem die Verfügbarkeit in den Online-Apotheken prüfen: Einfach einscannen und bestellen!



Baldriparan®

Fördert nicht nur das Ein-, sondern auch das Durchschlafen⁵

Pflanzliches Schlafmittel Nr. 1



Fragen Sie in der Apotheke gezielt nach **Baldriparan Stark für die Nacht** (PZN 00499175)

Was hilft? Das sagt Stiftung Warentest

Seit einiger Zeit werden auch neuartige Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin in Form von Kapseln, Gummibärchen oder Spray als Einschlafhilfe immer beliebter. Laut einem aktuellen

Test der Stiftung Warentest sind „die zu erwartenden Effekte“ von Melatonin bei Schlafstörungen jedoch „gering“, weshalb die Einnahme nicht grundsätzlich zu empfehlen ist.⁴

¹Marschall, J. et al. (März 2017): Analyse der Arbeitsunfähigkeitsdaten, Update: Schlafstörungen. DAK-Gesundheitsreport 2017, in: Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung (Band 16) • ²Kolip, P.; Kuhnert, R.; Saß, A.-K. (08.06.2022): Soziale, gesundheitliche und umweltbedingte Einflussfaktoren auf Schlafprobleme von Heranwachsenden und jungen Erwachsenen, Journal of Health Monitoring - 2022 7(S2) DOI 10.25646/9878; Robert Koch-Institut, Berlin • ³Lloyd-Jones, Donald M. et al. (Juni 2022): Life's Essential 8: Updating and Enhancing the American Heart Association's Construct of Cardiovascular Health: A Presidential Advisory From the American Heart Association; Circulation. 2022;146:e18–e43 • ⁴Medikamente im Test: Hormon Melatonin, Stiftung Warentest, 15.09.2022, shorturl.at/enptA, zuletzt abgerufen am 22.09.2022 • ⁵bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 12/2022 • Abbildung Betroffenen nachempfunden BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Thema: Rheumatische Schmerzen

Gelenkschmerzen gezielt behandeln

Natürliches Schmerzgel überzeugt Anwender

Bei Gelenkschmerzen greifen viele zum Schmerzgel. Dabei sehen immer mehr Anwender von chemischen Produkten ab und suchen Hilfe aus der Natur. Was bereits zahlreiche Verwender begeistert: das natürliche Rubaxx Schmerzgel aus der Apotheke (rezeptfrei)!

„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei

ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der Wirkkraft des Rubaxx Schmerzgels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Arzneistoff T. quercifolium!

Stark bei Schmerzen

T. quercifolium wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen. Auch bei

Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft der Wirkstoff Linderung. Im Gegensatz zu vielen Gelen, die chemische Wirkstoffe wie Diclofenac oder Ibuprofen enthalten, bietet Rubaxx Schmerzgel somit wirksame und gut verträgliche Hilfe aus der Natur. Es lässt sich gezielt auf den zu behandelnden Stellen auftragen und ist auch zur Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke: **Rubaxx Schmerzgel** (PZN 16758756)



www.rubaxx.de



Quelle Siegel: <https://www.vergleich.org/schmerzgel/> • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing