

Bitte lesen Sie den Beipacktext vor der Anwendung sorgfältig durch.

# sedamed®

## Ashwagandha Kapseln

### Nahrungsergänzungsmittel

Liebe Leserin, lieber Leser!

**sedamed® Ashwagandha** ist ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel zur optimalen Ergänzung bei Konzentrationsproblemen, Abgeschlagenheit, nervöser Unruhe, Stress und stressbedingten Schlafstörungen.

**Was ist sedamed® Ashwagandha und welche Funktion erfüllt es?**

**sedamed® Ashwagandha** beinhaltet den Wurzelextrakt aus Ashwagandha (*Withania somnifera*), einer im afrikanischen, asiatischen und Mittelmeerraum beheimateten, strauchartigen, immergrünen Pflanze. Sie trägt rot-orange Früchte und gelb-grüne Blüten. Bekannt ist sie auch unter den Namen Schlafbeere, indischer Ginseng und Winterkirsche.

Extrakte aus ihrer Wurzel sind in der ayurvedischen Medizin seit mehr als 3.000 Jahren in Verwendung und bewährt in ihrer Wirksamkeit. Die Pflanze wird als Adaptogen bezeichnet. Dieser Begriff beschreibt Stoffe, welche die Widerstandsfähigkeit des Körpers gegenüber Stressfaktoren erhöhen sollen. Den Inhaltsstoffen werden unterstützende Wirkungen bei Konzentrationsproblemen, Abgeschlagenheit, nervöser Unruhe, Stress, Angststörungen, Schlafstörungen bzw. stressbedingten Schlafstörungen attestiert. Weltweit durchgeführte Studien bestätigen die traditionelle Anwendung und führten bereits zu zahlreichen Publikationen renommierter Wissenschaftler und Institutionen.

**Vitamin B6 (Pyridoxin)**

- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei
- trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei

Erbsenfaser als neutraler Füllstoff der Kapsel ist vegan und glutenfrei.

Eine Kapsel beinhaltet 4,2 mg Vitamin B6 und 350 mg Ashwagandha-Wurzelextrakt. Ashwagandha unterstützt in Zeiten mentaler und nervöser Anspannung und trägt zu seelischem und psychischem Wohlbefinden sowie emotionaler Balance bei.

**Verzehrempfehlung:**

1-mal täglich 1 Kapsel (abends) unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Für Erwachsene ab 18 Jahren geeignet. Aufgrund seiner schlaffördernden und beruhigenden Wirkung sollte **sedamed® Ashwagandha** idealerweise nach dem Abendessen eingenommen werden.

Bitte lesen Sie den Beipacktext vor der Anwendung sorgfältig durch.

# sedamed<sup>®</sup>

## Zutaten:

Ashwagandha-Wurzelextrakt, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Erbsenfaser.

Inhaltsstoffe	pro Kapsel	% NRV*
Ashwagandha-Wurzelextrakt	350 mg	-
davon Withanolide (10 %)	35 mg	-
Vitamin B6	4,2 mg	300 %

\*%NRV= Nährstoffbezugswerte gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

## Gegenanzeigen/ Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen:

Nicht zusammen mit Alkohol oder zentral dämpfenden Arzneimitteln verwenden. Bei dauerhafter Arzneitherapie ist die Einnahme jedenfalls mit dem Arzt oder Apotheker abzuklären. Nicht anwenden bei möglicher Unverträglichkeit gegenüber einen der Inhaltsstoffe. **sedamed<sup>®</sup> Ashwagandha** könnte eventuell Ihre Verkehrstüchtigkeit beeinflussen. Nicht mit Alkohol einnehmen. Nicht für Kinder und Jugendliche geeignet.

Wenn Sie bereits Medikamente einnehmen, ist zuvor zu klären, ob es zu Wechselwirkungen mit **sedamed<sup>®</sup> Ashwagandha** kommen könnte. Sprechen Sie vor der Einnahme mit Ihrem Arzt oder Apotheker. Die Einnahme sollte über mindestens 4 Wochen erfolgen. Zeigt sich nach 4-6 Wochen keine Besserung, so sprechen Sie ebenfalls mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

## Hinweise zur Schwangerschaft und Stillzeit:

Bei Kinderwunsch, bestehender Schwangerschaft oder während der Stillzeit wird die Einnahme von **sedamed<sup>®</sup> Ashwagandha** nicht empfohlen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

## Wichtige Hinweise zur Anwendung:

**sedamed<sup>®</sup> Ashwagandha** ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. Eine Kapsel beinhaltet 35 mg Withanolide und 4,2 mg Vitamin B6.

## Lagerungshinweis:

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Trocken, vor Licht und Wärme geschützt lagern.

**Hinweis für Diabetiker:** Für Diabetiker geeignet.

**Vegan, frei von Gluten, Lactose, Glucose und Fructose.**

**Stand der Information:** 06/2023

**Inhalt:** 30 Kapseln

**Herstellung und Vertrieb:**  
ECA-MEDICAL HandelsGmbH  
Mitterweg 4  
A-6265 Hart im Zillertal



**ECA-MEDICAL**

07 27/02/24