WAS SIE SONST NOCH TUN KÖNNEN

Autogenes Training, Qigong, Tai Chi, Progressive Muskelentspannung, Yoga und Meditation … es gibt viele Möglichkeiten für Entspannung zu sorgen. Weitere Entspannungs-Tipps finden Sie auf www.calmvalera.de

Zusatztipp für Eltern:

Trotz aller Fürsorge und Geborgenheit, die man seinem Kind zukommen lässt, wirken immer mehr Reize von außen oder dem familiären Umfeld auf unsere Kinder ein. Oft kann man sie nicht dauerhaft abschirmen. Darauf reagieren besonders Babys und kleine Kinder sehr sensibel, entwickeln eine innere Unruhe, wirken angespannt und nervös oder sind einfach „quengelig". Diese Nervosität kann sich dann auch auf die Eltern übertragen

Calmvalera Globuli ist für Kinder ab 6 Monaten geeignet. Sie lindern die Unruhe am Tag und fördern den Schlaf in der Nacht.

Bestandteile:

- Avena sativa
- Nux vomica
- Zincum valerianicum

60000300 · ID: 5052765 · 04/2025 · Fotos: Adobe Stock, Getty Images, Hevert-Arzneimittel

CALMVALERA

- Entspannung am Tag für einen guten Schlaf in der Nacht
- Einzigartiger Wirkkomplex mit 7 Heilpflanzen
- Speziell auch in den Wechseljahren
- Keine Tagesmüdigkeit

Auch als Calmvalera Tropfen erhältlich

CALMVALERA.

Hilft dem Körper selbst zur Ruhe.

Jetzt in Ihrer Vor-Ort-Apotheke oder unter **calmvalera.de**

1 Dimpfel et al. Journal of Behavioral and Brain Science 2016; 6: 404–431
2 Calmvalera Tropfen

Calmvalera Globuli Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehören: Neurasthenie, nervöse Reizbarkeit. Enthält Sucrose (Zucker). **Calmvalera Tabletten** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervös bedingte Unruhezustände und Schlafstörungen. **Calmvalera Tropfen** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervöse Störungen wie Schlafstörungen und Unruhe, Verstimmungszustände. Enthält 48 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Hevert-Arzneimittel spendet jedes Jahr an die wohltätige Hevert-Foundation, welche sich für die Gesundheit von Mensch und Natur einsetzt. www.hevert-foundation.org

Hevert-Arzneimittel GmbH & Co. KG
In der Weiherwiese 1 · 55569 Nussbaum
Tel.: +49 6751 910-0 · info@hevert.de
www.hevert.de

HEVERT ARZNEIMITTEL

Endlich wieder die Ruhe selbst

CALMVALERA

- Entspannung am Tag für einen guten Schlaf in der Nacht
- Einzigartiger Wirkkomplex mit 7 Heilpflanzen
- Speziell auch in den Wechseljahren
- Keine Tagesmüdigkeit

HEVERT ARZNEIMITTEL

ZUR RUHE KOMMEN MIT CALMVALERA

Bei nervöser Unruhe und Schlafstörungen

Den ganzen Tag nur Termine und Verpflichtungen, egal ob Hausfrau, Manager, Student oder Rentner… eine solche Dauerbelastung sorgt für Stress und Anspannung. Innere Unruhe, Gereiztheit, Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen gehören dann zu den typischen Symptomen. Eine Einnahme chemischer Mittel sollte hier wohlüberlegt werden. Die Naturheilkunde bietet Alternativen.

Das naturheilkundliche und freiverkäufliche Arzneimittel Calmvalera hilft bei nervösen Störungen wie Unruhe und Schlafstörungen und ist gut verträglich. Der Name sagt eigentlich schon alles: **„Calm"** stammt aus dem Englischen und bedeutet „Ruhe". **„Valera"** steht für Valeriana, das lateinische Wort für Baldrian, eine Arzneipflanze, die für ihre beruhigenden und schlaffördernden Effekte bekannt ist. Und dabei ist Baldrian nur einer der 7 Heilpfanzen von Calmvalera, die alle für innere Ruhe und Ausgeglichenheit sorgen. Calmvalera ist natürlich wirksam. Es entspannt am Tag und sorgt so für einen guten Schlaf in der Nacht. Eine klinische Studie bestätigt die schnelle Wirkung von Calmvalera Tabletten innerhalb von 90 Minuten.[1] Die Studie zeigt: Die Einnahme von Calmvalera bewirkt eine Zunahme der Alpha-Wellen im Gehirn, ein Indiz für Entspannung und Ruhe.

NATÜRLICH WIRKSAM

Die naturheilkundlichen Bestandteile von Calmvalera Tabletten und Tropfen

1. Traubensilberkerze (Cimicifuga) wirkt entspannend auf das vegetative Nervensystem.

2. Kockelskörner (Cocculus) werden eingesetzt bei Erschöpfungs- und Schwächezuständen nach Überanstrengung, Schwindelgefühl sowie Kopfschmerzen und Nervenbeschwerden.

3. Frauenschuh (Cypripedium pubescens) aus der Familie der Orchideengewächse bessert nervöse Schlaflosigkeit und zeigt darüber hinaus eine positive Wirkung bei Schlafstörungen in Folge geistiger Überlastung.

4. Ignatiusbohne (Ignatia) Die Wirkung der Ignatiusbohne ist ganz auf das Nervensystem gerichtet, wobei die Pflanze insbesondere bei starken Stimmungsschwankungen eingesetzt wird.

5. Tigerlilie (Lilium tigrinum) bessert Verstimmungszustände mit Ängstlichkeit, außerdem Reizbarkeit und das Gefühl ständiger Eile.

6. Passionsblume (Passiflora incarnata) zeigt einen allgemein beruhigenden Effekt und kann somit Übererregungen im Nervensystem bessern. Schlaflosigkeit, Erregbarkeit und Krämpfe gehören zu ihren Anwendungsgebieten.

7. Metallisches Platin (Platinum metallicum) Wertvolles metallisches Platin wirkt besonders auf die Psyche. Gemütsschwankungen und traurig depressive Verstimmungszustände werden gebessert.

8. Baldrian (Valeriana) beruhigt bei nervösen Beschwerden und wirkt in homöopathischer Dosierung vorrangig bei Überempfindlichkeit, ausgeprägten Stimmungswechseln und Schlaflosigkeit.

9. Zinkisovalerianat (Zincum valerianicum), ein Zinksalz der Baldriansäure, hilft bei Erkrankungen der Nerven und hat sich auch bei Schlafstörungen und Ruhelosigkeit bewährt.

CALMVALERA HILFT

Bei Stress

Akuter Stress sorgt dafür, dass wir wach und leistungsfähig sind – das ist ein wichtiger Überlebensmechanismus. Wenn Stress jedoch chronisch wird, ist das nicht gut für Körper und Geist – dann können sich die Wachheit und Leistungsfähigkeit ins Gegenteil verwandeln. Über kurz oder lang stellt sich das Gefühl der Überforderung ein, das zu Leistungseinbußen und vielfältigen gesundheitlichen Einschränkungen führen kann. Der einzigartige Wirkkomplex kann dabei helfen, den Teufelskreis aus Stress, Schlaflosigkeit und innerer Unruhe zu durchbrechen. Auch Prüfungsangst, Lampenfieber oder Blackout haben mit übermäßigem Stress zu tun. In einer klinischen Studie[1] mit Studenten, die unter Prüfungsangst litten, zeigte sich die beruhigende Wirkung von Calmvalera Tabletten innerhalb von 90 Minuten, ohne dass die geistige Leistungsfähigkeit der Studienteilnehmer beeinträchtigt wurde.

In den Wechseljahren[2]

Die Wechseljahre schicken viele Frauen auf eine emotionale Achterbahnfahrt. Denn die Hormonumstellung wirkt sich nicht nur auf den Körper aus. Sie beeinflusst auch die Psyche und die Stimmung. Manche Frauen fühlen sich niedergeschlagen und fangen scheinbar grundlos an zu weinen. Andere sind ständig gereizt, nervös und schlecht gelaunt. Hinzu können nervöse Schlafstörungen kommen. Speziell bei Stimmungsschwankungen und Reizbarkeit helfen die drei Wirkstoffe Tigerlilie, Ignatiusbohne und Platin.

Bei innerer Unruhe

Bei vielen Menschen führt Stress im Alltag zu innerer Unruhe: sie sind nervös, gereizt und das Gedankenkarussell lässt sie nicht zur Ruhe kommen. Wird die innere Unruhe zum ständigen Begleiter, kann sie Lebensqualität und Schlaf beeinträchtigen. Körperliche Symptome wie Spannungskopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden oder Herz-Kreislauf-Probleme können die Folge sein. Die naturheilkundlichen Bestandteile Baldrian, Passionsblume und Traubensilberkerze in Calmvalera können die innere Unruhe und Nervosität auf natürliche Weise lösen.

Bei nervösen Schlafstörungen

Häufigste Ursachen für Schlafstörungen sind Stress und überreizte Nerven. Etwa jeder dritte Bundesbürger klagt über gelegentliche Ein- und Durchschlafstörungen. Jeder Zehnte leidet unter einer chronischen Schlafstörung (Insomnie), d. h. der Schlaf ist mehr als dreimal wöchentlich und mehr als einen Monat lang gestört. In Calmvalera sind die verschiedenen naturheilkundlichen Inhaltsstoffe so kombiniert, dass sie für eine verbesserte Schlafqualität sorgen können.

Tipp: Um die Einschlafzeit zu verkürzen kann zusätzlich das CalmNight Melatonin Spray verwendet werden. Das in CalmNight enthaltene Melatonin unterstützt den natürlichen Schlaf-Wach-Rhythmus und sorgt dafür, dass man müde wird und schneller einschlafen kann.