

## **Pakendi infoleht: teave kasutajale**

### **Exitress kaetud tablett** palderjanijuure kuivekstrakt (3...6:1)

#### **Enne ravimi võtmist lugege hoolikalt infolehte, sest siin on teile vajalikku teavet.**

Võtke seda ravimit alati täpselt nii, nagu on kirjeldatud selles infolehes või nagu arst või apteeker on teile selgitanud.

- Hoidke infoleht alles, et seda vajadusel uuesti lugeda.
- Lisateabe saamiseks pidage nõu oma apteekriga.
- Kui teil tekib ükskõik milline kõrvaltoime, pidage nõu oma arsti või apteekriga. Kõrvaltoime võib olla ka selline, mida selles infolehes ei ole nimetatud. Vt lõik 4.
- Kui pärast 14 päeva möödumist te ei tunne end paremini või tunnete end halvemini, peate võtma ühendust arstiga.

#### **Infolehe sisukord**

1. Mis ravim on Exitress ja milleks seda kasutatakse
2. Mida on vaja teada enne Exitress'i võtmist
3. Kuidas Exitress'i võtta
4. Võimalikud kõrvaltoimed
5. Kuidas Exitress'i säilitada
6. Pakendi sisu ja muu teave

#### **1. Mis ravim on Exitress ja milleks seda kasutatakse**

Exitress on taimne ravim, mida kasutatakse unehäirete (nagu unetus või uinumisraskused) ja kerge närvipingete (nagu vaimne pinget, rahutus ja ärrituvus) leevendamiseks.

Kui pärast 14-päevast pidevat Exitress'i võtmist te ei tunne end paremini või tunnete end halvemini, peate rääkima arstiga.

#### **2. Mida on vaja teada enne Exitress'i võtmist**

##### **Exitress'i ei tohi võtta**

- kui olete palderjaniekstrakti või selle ravimi mis tahes koostisosade (loetletud lõigus 6) suhtes allergiline.

##### **Hoiatused ja ettevaatusabinõud**

Enne Exitress'i võtmist pidage nõu oma arsti või apteekriga.

##### **Lapsed ja noorukid**

Exitress'i kasutamine lastel vanuses alla 12 aastat ei ole soovitatav, kuna selle vanuserühma kohta on saadaval vähe kogemusi.

##### **Muud ravimid ja Exitress**

Teatage oma arstile või apteekrile, kui te kasutate, olete hiljuti kasutanud või kavatsete kasutada mis tahes muid ravimeid, kaasa arvatud ilma retseptita ostetud ravimeid.

Mis tahes kombinatsiooni teiste ravimitega, mida kasutatakse rahustamiseks või närvilisuse leevendamiseks, peab arst heaks kiitma ja seda jälgima.

##### **Rasedus, imetamine ja viljakus**

Kui te olete rase, imetate või arvate end olevat rase või kavatsete rasestuda, pidage enne selle ravimi kasutamist nõu oma arsti või apteekriga.

Ei ole teada, kas palderjani komponendid erituvad inimese rinnapiima. Piisavate andmete puudumise tõttu ei tohi Exitress'i võtta raseduse ja rinnaga toitmise ajal.

### **Autojuhtimine ja masinatega töötamine**

Exitress võib mõjutada teie autojuhtimise ja masinatega töötamise võimet. Ravimi mõju all olles ei tohi te juhtida autot ega töötada masinatega.

### **Exitress sisaldab saharoosi**

Kui arst on teile öelnud, et te ei talu teatud suhkruid, konsulteerige enne selle ravimi kasutamist oma arstiga.

## **3. Kuidas Exitress'i võtta**

Võtke seda ravimit alati täpselt nii, nagu on kirjeldatud selles infolehes või nagu arst või apteeker on teile selgitanud. Kui te ei ole milleski kindel, pidage nõu oma arsti või apteekriga.

### **Noorukid vanuses üle 12 aasta, täiskasvanud ja eakad**

Soovitav annus on:

- kerge närvipinge leevendamiseks: üks tablett kuni 3 korda ööpäevas.
- unehäirete leevendamiseks: üks tablett pool kuni üks tund enne magamaminekut, vajadusel lisaks üks varasem annus öhtul.

Maksimaalne ööpäevane annus: 4 tabletti.

### **Manustamisviis**

Neelake Exitress'i tablett alla koos piisava koguse külma vedelikuga (eelistatavalt klaasi külma veega).

Tabletid on kaetud ja tuleb alla neelata tervelt, st neid ei tohi katki murda ega närida palderjaniekstrakti ebameeldiva lõhna ja maitse tõttu.

### **Kasutamise kestus**

Palderjanijuure toime on järkjärguline ja seetõttu ei sobi see kerge närvipinge või unehäirete koheseks leevendamiseks. Parima ravitoime saavutamiseks võtke tablette pidevalt 2...4 nädalat.

### **Kasutamine lastel**

Seda toodet ei soovitata kasutada lastel vanuses alla 12 aasta, kuna puuduvad piisavad andmed.

### **Kui te võtate Exitress'i rohkem, kui ette nähtud**

Kui te võtate soovitatavast annusest rohkem, rääkige sellest oma arsti või apteekriga.

Kui te võtate liiga palju tablette (10 tabletti või enam), võib teil tekkida väsimus, kõhukrambid, pigistus rinnus, peapööritus, käte värisemine või pupillide laienemine. Need kõrvaltoimed kaovad tavaliselt 24 tunni jooksul.

### **Kui te unustate Exitress'i võtta**

Jätkake oma tavalise annusega tavalisel ajal; see ei ole oluline, kui teil jäi üks annus võtmata.

Ärge võtke kahekordset annust, kui annus jäi eelmisel korral võtmata.

### **Kui te lõpetate Exitress'i võtmise**

Võite lõpetada selle ravimi võtmise igal ajal.

Kui teil on lisaküsimusi selle ravimi kasutamise kohta, pidage nõu oma arsti või apteekriga.

## **4. Võimalikud kõrvaltoimed**

Nagu kõik ravimid, võib ka see ravim põhjustada kõrvaltoimeid, kuigi kõigil neid ei teki.

Teatud on järgmistest kõrvaltoimetest, kuid nende esinemissagedust ei saa hinnata olemasolevate andmete alusel:

- halb enesetunne (iiveldus), kõhukrambid.

Kui kõrvaltoimed teid häirivad, siis lõpetage Exitress'i kasutamine.

### **Kõrvaltoimetest teatamine**

Kui teil tekib ükskõik milline kõrvaltoime, pidage nõu oma arsti või apteekriga. Kõrvaltoime võib olla ka selline, mida selles infolehes ei ole nimetatud. Kõrvaltoimetest võite ka ise teatada [www.ravimiamet.ee](http://www.ravimiamet.ee) kaudu. Teatades aitate saada rohkem infot ravimi ohutusest.

## **5. Kuidas Exitress'i säilitada**

Hoidke seda ravimit laste eest varjatud ja kättesaamatus kohas.

Ärge kasutage seda ravimit pärast kõlblikkusaega, mis on märgitud karbil ja blisterpakendil.

Kõlblikkusaeg viitab selle kuu viimasele päevale.

Hoida temperatuuril kuni 30 °C.

Ärge visake ravimeid kanalisatsiooni ega olmejäätmete hulka. Küsige oma apteekrilt, kuidas hävitada ravimeid, mida te enam ei kasuta. Need meetmed aitavad kaitsta keskkonda.

## **6. Pakendi sisu ja muu teave**

### **Mida Exitress sisaldab**

Toimeaine on kuivekstrakt palderjaniujuurest (3...6:1).

Üks kaetud tablett sisaldab 445 mg palderjaniujuure (*Valeriana officinalis L. s.l., radix*) kuivekstrakti (3-6:1), ekstrahent: 70 mahu% etanool.

Teised koostisosad on:

**Tableti sisu:** maltodekstriin, kolloidne veevaba ränidioksiid, mikrokristalliline tselluloos, magneesiumstearaat, sadestatud ränidioksiid.

**Tableti kate:** talk, sahharoos, kaltsiumkarbonaat (E170), pihustuskuivatatud akaatsiakummi, titaandioksiid (E171), šellak, raske kaoliin, rafineeritud riitsinusõli, makrogool 6000.

### **Kuidas Exitress välja näeb ja pakendi sisu**

Exitress on ümmargused valged kumerad tabletid läbimõõduga 12 mm, mis on pakendatud PVC/PVDC-blisterpakenditesse.

Igas pakendis on 15, 30, 45 ja 60 kaetud tabletti.

Kõik pakendi suurused ei pruugi olla müügil.

### **Müügiloa hoidja ja tootja**

#### Müügiloa hoidja

Zentiva k.s.

U Kabelovny 130

Dolní Měcholupy

102 37 Praha 10

Tšehhi

#### Tootjad

Wiewelhove GmbH

Dörnebrink 19, D-49479 Ibbenbüren

Saksamaa

LEK Pharmaceuticals d.d.

Verovškova ulica 57, 1526 Ljubljana

Sloveenia

Lisaküsimuste tekkimisel selle ravimi kohta pöörduge palun müügiloa hoidja kohaliku esindaja poole:

Zentiva Group, a.s. Eesti Filiaal  
[Info.Estonia@zentiva.com](mailto:Info.Estonia@zentiva.com)

**Infoleht on viimati uuendatud juulis 2021.**