

Zur Ruhe kommen...

Aufreibende und anstrengende Zeiten gibt es immer im Leben. Daher zählen zu den wichtigsten Maßnahmen gegen Stress und innere Unruhe eine gezielte Entspannung, zu der Sie allein entscheidend beitragen können.

Dazu gehören z.B.:

- Entspannungsbäder – vor allem abends mit geeigneten Zusätzen wie Lavendel, Melisse usw.
- Pause einlegen – bewusst abschalten tagsüber (nur 5 Minuten!): Augen schließen, tiefe Atemzüge, an ein glückliches Erlebnis denken.
- Gezielte Entspannungsmethoden – Yoga, autogenes Training, Tai-Chi, Qi-Gong, Meditation helfen grundlegend und dauerhaft.
- Rückzug. Gönnen Sie sich wirkliche Erholung, statt Ablenkung durch ‚Freizeitstress‘. Versuchen Sie Ihre wahren Bedürfnisse herauszufinden und sich Zeit dafür zu nehmen. Dabei brauchen Sie Ruhe. Für einen halben Tag, für einen ganzen Tag ... unschätzbar wertvoll.
- Positive, befriedigende Erlebnisse pflegen (Begegnungen mit Menschen, Bücher, Filme etc.).
- Sich auf das Wesentliche konzentrieren (Prioritäten setzen!). Sowohl Unerreichbares als auch Unwichtiges über Bord werfen. Beruflich und Privat!

PASSIFLORA CURARINA®:

Bei der Herstellung von PASSIFLORA CURARINA®-Fluidextrakt werden höchste Anforderungen an Qualität und Rohstoff gestellt. Es werden nur sorgfältig ausgewählte Pflanzenbestandteile verwendet, extrahiert mit reinem medizinischem Alkohol, ohne weitere Verwendung von chemischen Zusätzen. Die schonende Zubereitung der sorgfältig ausgewählten Bestandteile dieser Heilpflanze bewahrt so ihre besonderen Heilkräfte – für eine hochwertige Arzneipflanzen-Medizin aus Ihrer Apotheke.

PASSIFLORA CURARINA®

Rein pflanzlicher Wirkstoff aus der Passionsblume
(Passiflora incarnata)

- Für mehr Ausgeglichenheit
- Bei Nervosität und innerer Unruhe
- Beruhigt und entspannt – auch nachts
- Auch für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren gut geeignet
- Keine Abhängigkeit, keine Tagesmüdigkeit

Tropfen mit 50 ml (N2)
und 100 ml (N3)



PASSIFLORA CURARINA® Fluidextrakt – Pflanzliches Arzneimittel zur Beruhigung

Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Fluidextrakt. **Anwendungsgebiete:** Nervöse Unruhezustände. Enthält ca. 40% Vol. Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

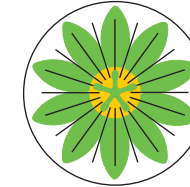
Rezeptfrei, nur in der Apotheke

HARRAS PHARMA
Am Harras 15
D-81373 München
www.harraspharma.de



CURARINA GmbH
Tel.: 089/74 73 67-0
Fax: 089/74 73 67-19
mail@harraspharma.de

Mehr Gelassenheit für Körper und Geist



PASSIFLORA CURARINA®



**Ausgeglichenheit und
innere Ruhe – auch nachts**

**Pflanzliches Arzneimittel
mit der beruhigenden Kraft
der Passionsblume**



Die pflanzliche Beruhigungs-Formel

Ruhelos, angespannt und erschöpft

„Nicht abschalten können“, „einfach nicht zur Ruhe kommen“ sind häufige Beschwerden von Menschen, die unter ständiger Belastung und Angespanntheit stehen – sprich unter ‚chronischem Stress‘ leiden.

Ständige Überbeanspruchung in Alltag, Beruf und Haushalt bleibt nicht ohne Folgen und führt zu innerer Unruhe, Anspannung der Muskulatur und Schlafstörungen.

Angespanntheit äussert sich oft auch in schlechter Konzentrationsfähigkeit, Reizbarkeit und gleichzeitig schneller Erschöpfbarkeit.

Daher gewinnt die Passionsblume als Heilpflanze immer mehr an Bedeutung. Durch ihre beruhigende Wirkung hat sie einen heilsamen Einfluss auf nervöse Unruhezustände – häufig einhergehend mit einer Reihe von Symptomen wie Schlaflosigkeit infolge von zu starker Anspannung, Beklemmungsgefühlen und Überforderungszuständen mit Gereiztheit oder Abgeschlagenheit.

Passiflora – Hilfe bei Unruhe

Die Passionsblume mit ihren zarten, filigranen Blüten stammt aus dem tropischen Regenwald vorwiegend Mittel- und Südamerikas und aus Ostindien.

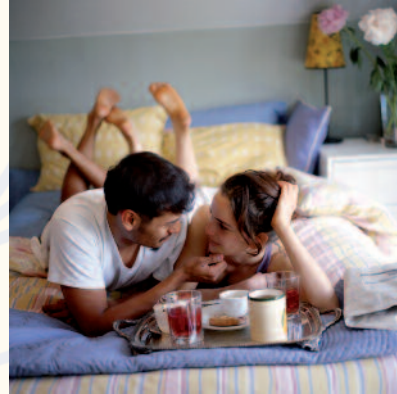
Sie wurde in der traditionellen Volksmedizin für verschiedenste Anwendungen ein-



Mehr Gelassenheit bei nervlicher Belastung

gesetzt, insbesondere bei nervlich bedingter Überreizung, Schlaflosigkeit, wie auch bei Depressionszuständen.

Das Kraut der Passionsblume ist für seine beruhigenden, ängstliche Anspannung lösenden und Schlaf fördernden Eigenschaften bekannt.



Ihren botanischen Namen ‚Passiflora incarnata‘ verdankt die Arzneipflanze ihrem Aussehen, das symbolhaft an die Passion Christi erinnert: „a passionis instrumentis“ („Von den Leidenswerkzeugen“).

Gelassen und ausgeglichen am Tag . . .

... ruhig und entspannt in der Nacht

Wer tagsüber zu vielen Belastungen ausgesetzt war und keine Erholungspausen fand, um Stress abzubauen, dem wird es schwer fallen, unbesorgt und entspannt Schlaf zu finden. Und wer nachts nicht gut schlafen konnte und morgens unerholt und müde den Tag beginnt, kann nicht wirklich kraftvoll, konzentriert und gelassen den Anforderungen des Alltags begegnen.

Die Folge ist ein dauerhafter Zustand körperlicher und geistiger Überbeanspruchung mit nervöser Unruhe – bei dem tagsüber die Leistungsfähigkeit und Stimmung und nachts die erholsame Schlafqualität leidet.

Natürlich Stress, Unruhe und Nervosität besiegen

PASSIFLORA CURARINA® hilft, wenn die innere Ruhe verloren gegangen ist, und sorgt für

- mehr Gelassenheit im Alltag
- bessere Schlafqualität nachts durch Abbau von nervöser Anspannung
- mehr Entspannung und Ausgeglichenheit – bei voller Konzentration

Wirkungsweise und Wissenschaft:

Die Inhaltsstoffe der Passiflora wirken beruhigend und Spannungslösend. Bei starker Anspannung können sie daher zu einem guten Schlaf verhelfen.

PASSIFLORA CURARINA® ist aufgrund der erwiesenen Wirksamkeit als pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung von nervösen Unruhezuständen von der deutschen Gesundheitsbehörde (BfArM) zugelassen.

Im Gegensatz zu den meisten chemisch-synthetischen Sedativa ist der rezeptfreie **PASSIFLORA CURARINA®** Fluidextrakt ausgezeichnet verträglich sowie ohne Abhängigkeitsrisiko – auch bei längerer Einnahme; die Leistungsfähigkeit bleibt tagsüber erhalten, nachts kann der gesunde Schlaf aufgrund des Abbaus von starker nervöser Anspannung gefördert werden.

Besondere Vorteile von **PASSIFLORA CURARINA®**:

- wirkt auf rein pflanzlicher Basis
- macht weder müde noch abhängig
- sehr gut verträglich

PASSIONSBLUME - HEILSAME INNERE RUHE