



Für einen nachweislich guten Schlaf¹ in der Nacht und innere Gelassenheit am Tag mit Passionsblume



- Bei Stress und innerer Unruhe²
- Nach Bedarf dosierbar – bis zu 4 Kapseln/Tag
- Sehr gut verträglich und zur Langzeitanwendung geeignet³

Mit starker Passionsblumen-Kraft ganzheitlich durch Nacht und Tag

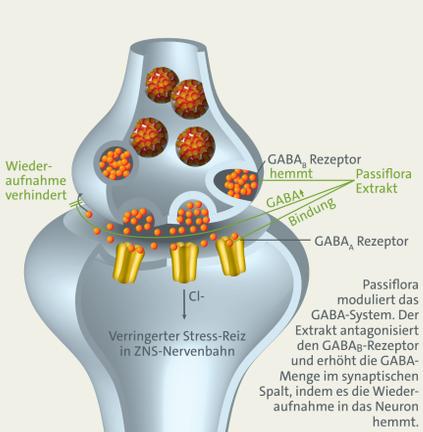
Was uns am Tag belastet oder was wir verdrängen, holt uns nachts wieder ein. Das Gedankenkarussell lässt uns nicht einschlafen oder wir wachen mitten in der Nacht auf, können nicht wieder einschlafen und die Nachtruhe ist gestört. Immer mehr Menschen finden heute trotz großer Müdigkeit keinen Schlaf. Erschöpft vom Schlafmangel, wie zerschlagen, schleppen sie sich durch den darauffolgenden Tag und damit ist die Schlaflosigkeit in der nächsten Nacht auch schon vorprogrammiert. Lioran® classic für Nacht und Tag hilft gegen diese Schlafprobleme und durchbricht den Teufelskreis.



So wirkt die Passionsblume in Lioran® classic

Es gibt Phytotherapeutika als Beruhigungsmittel und Einschlafhilfe bei Schlafstörung, die auf verträgliche Weise dazu beitragen, dass die Nervosität nachlässt, man besser einschlafen kann, die Schlafqualität sich verbessert und der Mensch die ganze Situation als weniger niederdrückend bewertet.

Neben Baldrian, der einige Wochen braucht, um seine Wirkung zu entfalten, ist traditionell die Passionsblume (*Passiflora incarnata* L.) seit vielen Jahren als pflanzliches Schlafmittel mit anti Stress Effekt im Einsatz. Sie wirkt ab der ersten Einnahme bereits nach kurzer Zeit. Flavonoide aus dem Passionsblumen-Extrakt optimieren die Wirkung des Neurotransmitters γ -Aminobuttersäure (GABA) im zentralen Nervensystem. GABA filtert Reize, fördert die Beruhigung am Tage und den Schlaf in der Nacht⁴. Am GABA-A-Rezeptor wirkt der Passionsblumen-Extrakt aktivierend, am GABA-B-Rezeptor sorgt er dafür, dass die Wirkung von GABA länger anhält⁵. Die natürliche Kraft der Passionsblume wirkt entspannend und hilft Nutzern von Lioran® classic für Nacht und Tag gegen Unruhezustände und Durchschlafstörungen.



Wie Lioran® classic Entspannung am Tag und den Schlaf in der Nacht fördert

Wer Lioran® classic für Nacht und Tag (260 mg Passionsblumen-Trockenextrakt pro Kapsel) einnimmt, kann tagsüber mehr innere Ausgeglichenheit finden, ohne die Konzentrationsfähigkeit einzubüßen. Das Ein- und Durchschlafen wird erleichtert, was auch den Weg aus dem Gedankenkarussell ermöglicht, denn mit ausreichend nächtlicher Erholung und Entspannung ist der Alltag leichter zu bewältigen. Einschlafprobleme werden weniger, man kann besser schlafen und somit werden Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden gesteigert.

Urteil der Experten

Lioran® classic für Nacht und Tag kann das Therapie-Spektrum bei Schlafstörungen und Insomnie sinnvoll erweitern, so die Experten. Als pflanzliches Arzneimittel natürlich bei bester Verträglichkeit, ohne Abhängigkeit und Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten im Gegensatz zu anderen Schlaftabletten. Wer Schlaftabletten rezeptfrei sucht, ist mit Lioran® classic gut beraten.



Das sagen Verbraucher zur Nr. 1* Marke unter den Passionsblumen-Arzneimitteln in Deutschlands Apotheken**:

Super Rezensentin/Rezensent schreibt

Ich nehme Lioran®, da ich schnell auf Veränderungen und Anforderungen mit Nervosität und Ängsten reagiere. Die Nervosität finde ich sehr unangenehm und dann fängt die Gedanken und Angstspirale auch schon an. Nehme Lioran® jetzt seit 2 Wochen. Meist eine Kapsel am Morgen und am Abend. Ich spüre die entspannende Wirkung nach ca. einer halben Stunde. Die Gedanken werden ruhiger, die körperliche Anspannung lässt nach. Ich schlafe mit Lioran® sehr gut. Ich bin manchmal auch tagsüber etwas müde. Aber nicht unangenehm (einfach sehr entspannt). Sonst habe ich keine Nebenwirkungen. Ich kann Lioran® bis jetzt nur empfehlen.

Tolles Produkt Rezensentin/Rezensent schreibt

Ich nehme Lioran® seit etwas über 14 Tage. Ich bin begeistert. Hatte keine Nebenwirkungen. Ich nehme Morgens und Mittags jeweils 1 Kapsel. Das reicht bei mir aus. Ich habe Panikattacken und nervöse Unruhezustände die mir täglich zu schaffen gemacht haben. Meine Laune ist besser, bin ausgeglichener, der Schlaf ist besser, ich sehe jetzt alles gelassener. Und sollte mal etwas Unruhe aufkommen, so ist es nicht mehr so lange und intensiv wie vorher.

Deutlich innere Ruhe Rezensentin/Rezensent schreibt

Ich bin alleinerziehend, habe krankes Kind und bin berufstätig. Ich war innerlich morgens oft schon sehr nervös. Seit 2 Wochen nehme ich Lioran, früh zum Frühstück eine, seitdem geht es mir viel viel besser, bin innerlich viel ruhiger und gelassener. Nehm nur früh eine, die reicht mir den ganzen Tag. Bin total begeistert von Lioran® und kann es nur weiterempfehlen ... Super!!!

*Market Track: Insight Health, Markt für Schlafprodukte mit Passionsblumenextrakt, Umsatz MAT 02/2023
**Quelle: <https://www.medpex.de/beruhigung-nervenstaerkung/lioran-die-passionsblume-p9723591?q=Lioran&pn=1&fs=92.49&fp=3&fop=3>

Anwendungsempfehlung:

Bei Einschlafstörungen 2 Kapseln 1/2 Stunde vor dem Schlafengehen einnehmen.

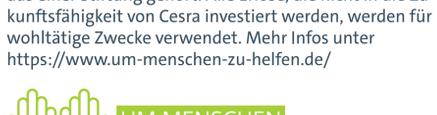
Erwachsene Jugendliche ab 12 Jahren: bis zu 2 x 2 Hartkapseln täglich je nach Bedarf

Max. Tagesdosis (24h): 4 Hartkapseln (= 1040 mg Passionsblumenkraut)

Lioran® tut gut und tut Gutes:

Erlöse für wohltätige Zwecke

Lioran® classic ist ein Produkt des Unternehmens Cesra, das einer Stiftung gehört. Alle Erlöse, die nicht in die Zukunftsfähigkeit von Cesra investiert werden, werden für wohltätige Zwecke verwendet. Mehr Infos unter <https://www.um-menschen-zu-helfen.de/>



Lassen Sie Träume wahr werden

Die häufigsten Fragen unserer Verwender

1. Einnahmezeitpunkt „Wann nehme ich Lioran® classic am besten ein?“

Je nach Beschwerdegrad der nervösen Unruhe, ist es möglich 2 Kapseln am Tag einzunehmen. Lioran® classic macht nicht müde und schränkt die Konzentrationsfähigkeit nicht ein. Auch als „Einschlafhilfe“ ist Lioran® classic geeignet, wenn das Einschlafen durch nervöse Unruhe erschwert ist. Hier sind 2 Kapseln am Tag am besten geeignet. Allerdings sollte die Tageshöchstdosis von 4 Kapseln nicht überschritten werden.⁴ Es gibt keine Beschränkung zur Einnahmedauer von Lioran® classic für Nacht und Tag!

2. Schluckbeschwerden „Meine Mutter hat Probleme bei der Einnahme der Kapseln. Sie möchte diese gerne öffnen und den Inhalt ohne die Hülle einnehmen, ist dies möglich?“

Natürlich ist es möglich, sollte das Schlucken der Kapsel Probleme bereiten, diese zu öffnen. Die Kapsel lässt sich auseinanderziehen, den Kapselinhalt können Sie dann z. B. in Joghurt oder Apfelsauce einrühren und damit essen. Sehr wichtig ist es, die Kapsel erst direkt vor Öffnung und Einnahme des Pulvers aus dem Blistert zu entnehmen, damit Qualität und Wirkung des enthaltenen Trockenextraktes nicht beeinträchtigt werden. Um die Kapsel beim Ausblistern vor zu großem Druck zu schützen, ritzen Sie bitte die Schutzfolie mit dem Fingernagel ein.

3. Ausblistern „Meine Mutter hat Probleme bei der Einnahme der Kapseln. Sie möchte diese gerne öffnen und den Inhalt ohne die Hülle einnehmen, ist dies möglich?“

Lioran® classic für Nacht und Tag ist ein Kapselpräparat mit dem Inhaltsstoff Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Die Kapselstärke ist bewusst dünn gewählt, um ein zügiges Auflösen im Magen, sowie einen schnellen Wirkungseintritt zu ermöglichen. Die Kapsel besitzt keinen Überzug, wie ihn z. B. Dragees besitzen und der vor klimatischen Einflüssen schützen kann. Der Inhaltsstoff reagiert sehr empfindlich auf Luftfeuchtigkeit. Wird diese gebunden, kann der Inhalt zu einer klebrigen Masse verkleben. Eine optimale Wirkungsfreiheit und Wirkung kann in solch einem Falle dann nicht mehr garantiert werden.

4. Auszugsmittel Methanol „Bei den Bestandteilen unter der Rubrik weitere Informationen ist das Auszugsmittel Methanol 60 Vol.% aufgeführt. Können sie mir bitte erläutern, was dies für die Praxis bedeutet. Wie viel Alkohol ist in einer Kapsel enthalten?“

Methanol wird als Auszugsmittel verwendet, denn methanolische Extrakte zeigen in Untersuchungen eine höhere anxiolytische Wirkung als ethanolische Extrakte. Alkoholische Auszugsmittel (wie z.B. Methanol) werden genutzt, um an die wertvollen Inhaltsstoffe zu gelangen. Dies wäre nur mit Wasser nicht möglich und macht ja gerade den deutlichen Unterschied zum Tee aus. Natürlich enthält Lioran® classic als Fertigpräparat keine Rückstände des Auszugsmittels mehr – ist somit absolut alkoholfrei!

5. Nierenprobleme „Darf der Passionsblumen-Extrakt auch bei Personen mit einer Niereninsuffizienz verabreicht werden?“

Lioran® classic ist ein Naturmedikament, es enthält als Inhaltsstoff Passiflora incarnata – einen Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Pflanzenelemente sind immer Gemische einer Vielzahl von Einzelsubstanzen und die Wirksamkeit wird dem Gesamtextrakt zugeschrieben. Den Abbau einer jeden Einzelsubstanz zu ermitteln ist nicht möglich. Daher liegen für eine konkrete Dosierungsempfehlung bei Niereninsuffizienz keine ausreichenden Daten vor.

6. Laktose-Monohydrat „Gibt es diese Lioran®-Passionsblume-Hartkapseln auch ohne den Zusatz von Laktose?“

Besteht eine Laktose-Intoleranz kommt es ca. 30 Minuten bis zu 2 Stunden nach der Einnahme lactosehaltiger Nahrungsmittel zu Verdauungsbeschwerden. Die Beschwerden treten erst nach einer bestimmten Lactosemenge auf (z.B. 12-18 g Lactose), sind dosisabhängig und individuell sehr unterschiedlich. Lebensmittel sind lactosefrei bei weniger als 0,1 g Lactose pro 100 g. Zum Vergleich: 100 g Vollmilch enthalten 4,6 – 4,8 g Lactose. Unser Produkt Lioran® classic enthält als Gesamtsumme pro Kapsel 0,0368 g Lactose-Monohydrat. Sollte die Tageshöchstdosis von 4 Kapseln eingenommen werden, läge die Gesamtaufnahme bei 0,1472 g Lactose-Monohydrat. Bei der Einzelhöchstdosis von 2 Kapseln läge die Lactose-Aufnahme bei 0,0736 g Lactose-Monohydrat. Dies ist deutlich weniger als ein „lactosefreies Lebensmittel“ deklariertes Produkt enthalten darf.

1 Klinische Studie: Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35
2 Community herbal monograph on Passiflora incarnata L., herba; EMA/HMPC/669740/2013
3 Wenn nach 2 Wochen keine Besserung eintritt, sollte ein Arzt aufgesucht werden.
4 In vitro Studie: Appel et al. (2011) Phytother Res; 25(6), 838-843
5 Schneider E. (2013), Arzneipflanzenporträt Passiflora incarnata, DAZ 2013, Nr. 50, S. 86; <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2013/daz-50-2013/passiflora-incarnata>

Lioran® classic für Nacht und Tag die Passionsblume. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Unterstützung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Lactose. (Stand: 12/2022)

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden