



Nous connaissons tous l'arôme typique et pénétrant de la Valériane, particulièrement apprécié des chats. Les anciens Grecs et Romains connaissaient déjà la valériane, qui était également appréciée comme remède contre la goutte et les contractions de la hanche. Ce n'est que vers 1800 que Christoph W. Hufeland découvre les propriétés tranquillisantes et neurotoniques de la valériane.

LA DESCRIPTION

Ingrédients : Eau, alcool, rhizome de valériane (*Valeriana officinalis* L.) 20%, miel.

La racine de valériane peut être utilisée dans tous les troubles nerveux. Réduit les états de tension et d'agitation, les équilibre et s'endort. C'est la clé de la tranquillité, il ne provoque pas de somnolence et n'a pas d'effet narcotique comme les somnifères chimiques.

La racine de valériane est idéale en cas de peur des examens, influençant positivement la capacité de performance et la concentration, même en conduisant. Étant donné que la valériane donne un mauvais goût lorsqu'on fume du tabac, elle est également utile pour arrêter de fumer.

Les antispasmodiques et les sédatifs sont les hétérospides iridoïdes acevaltrado, isovaltrado, IVHD-valtrado.

Les composants de l'huile essentielle extraite contribuent également à ses activités : valérénal, acide valérénique, pinène, camphène, borméol.

POSOLOGIE RECOMMANDÉE :

- Adultes : (Posologie recommandée pour les sujets de poids normal) 25 x 3 gouttes x fois par jour.
- Jusqu'à 12 ans : (Posologie recommandée pour les sujets de poids normal) 10 x 3 gouttes x fois par jour.

