

WOMEN'S MENTAL HEALTH

Informatie voor de gebruiker

Wij raden je aan deze gebruiksaanwijzing goed te lezen, ook als je Women's Mental Health al eerder hebt gebruikt. Het is mogelijk dat de informatie inmiddels is gewijzigd. Bewaar deze gebruiksaanwijzing, misschien is het noodzakelijk dat je hem nog eens leest.

Samenstelling

1 capsule bevat:

Sint Janskruid (<i>Hypericum perforatum</i>)	300 mg
Griffonia (<i>Griffonia extract</i>)	100 mg
Foliumzuur (<i>Foliumzuur</i>)	100 mcg 50%
Vitamine B6 (<i>Pyridoxine HCl</i>)	10 mg 714,3%
Vitamine B12 (<i>Cyanocobalamine</i>)	5 mcg 200%

Hielpstoffen: hydroxypropylmethylcellulose (vegetarische capsule); vulmiddel (microcrystalijne cellulose), anti-klontermiddel (silicium dioxide), anti-klontermiddel (magnesiumstearaat)

Wisselwerking met geneesmiddelen

Een wisselwerking wil zeggen dat bij gelijktijdig gebruik met geneesmiddelen dit product de werking en/of bijwerking van de geneesmiddelen kan beïnvloeden. Sint Janskruid kan de werking van geneesmiddelen nadelig beïnvloeden. Sint Janskruid versterkt de werking van het leverenzym cytochroom P450, waardoor een aantal geneesmiddelen sneller wordt afgebroken en daardoor een geringere werking heeft. Bij gebruik van een geneesmiddel in combinatie met een middel met Sint Janskruid wordt u geadviseerd contact op te nemen met uw arts of apotheker, die u nadere informatie kan geven of de combinatie tot een dergelijke wisselwerking kan leiden of niet. Dat geldt als u wilt beginnen met Sint Janskruid te gebruiken, maar ook als u het gelijktijdig gebruik van Sint Janskruid samen met een van onderstaande geneesmiddelen wilt stoppen.

Waargenomen is dat middelen met Sint Janskruid de werking van de volgende geneesmiddelen kunnen verminderen:

- Remmers van het immuunsysteem, bijvoorbeeld bij orgaantransplantaties en auto-immuunziekten; cyclosporine

- Antistollingsmiddelen van het coumarinetype, zoals acenocoumarol (o.a. Sintrom) en fenprocoumon (o.a. Marcoumar)
- Anti-epileptica; fenobarbital en fenytoïne
- Luchtwegverwijders; theofylline
- Hartglycosiden bij hartfalen en hartritmestoornissen; digoxine
- Remmers van het HIV-virus; indinavir

Sint Janskruid en *Griffonia simplicifolia* kunnen ook de werking van geneesmiddelen tegen depressiviteit van het SSRI-type beïnvloeden. Gelijktijdig gebruik wordt afgeraden.

Bij gelijktijdig gebruik van Sint Janskruid en bepaalde types van de anticonceptiepil (combinatie ethinylestradiol en desogestrel, ook wel sub-50 genoemd) zijn in een incidenteel geval doorbraakbloedingen geconstateerd. Als er een doorbraakbloeding optreedt, kan er sprake zijn van een verminderde bescherming tegen zwangerschap. **Niet te gebruiken** door kinderen tot 12 jaar, bij zwangerschap of het geven van borstvoeding. Voedingssupplementen worden niet als substituuut voor gevarieerde voeding gebruikt.

Aanbevolen dosering

1 capsule per dag. Innemen met water.

Dagelijkse inname iedere dag op hetzelfde tijdstip. Wij raden je aan de aanbevolen dagelijkse dosis niet te overschrijden, behalve indien dit geadviseerd is.

Gebruik door kinderen of bij zwangerschap zonder raadplegen van een arts wordt niet geadviseerd.

Bewaring en houdbaarheid

- Bewaren bij kamertemperatuur (15-25 graden Celsius)
- Bewaar op een droge plaats in de originele verpakking
- Let op de houdbaarheidsdatum op de verpakking
- Gebruik het product niet nadat de houdbaarheidsdatum is verlopen
- Houd Women's Mental Health buiten het bereik van kinderen