



## Eterično olje sivke

dodatek za kopel/peroralne kapljice  
eterično olje prave sivke

**Pred začetkom uporabe zdravila natančno preberite navodilo, ker vsebuje za vas pomembne podatke!**  
Pri uporabi tega zdravila natančno upoštevajte napotke v tem navodilu ali navodila zdravnika ali farmacevta.

- Navodilo shranite. Morda ga boste želeli ponovno prebrati.
- Posvetujte se s farmacevtom, če potrebujete dodatne informacije ali nasvet.
- Če opazite kateri koli neželeni učinek, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu. Glejte poglavje 4.
- Če se znaki vaše bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 2 tednih, se morate posvetovati z zdravnikom.

**Kaj vsebuje navodilo:**

1. Kaj je zdravilo Eterično olje sivke in za kaj ga uporabljamo
2. Kaj morate vedeti, preden boste uporabili zdravilo Eterično olje sivke
3. Kako uporabljati zdravilo Eterično olje sivke
4. Možni neželeni učinki
5. Shranjevanje zdravila Eterično olje sivke
6. Vsebina pakiranja in dodatne informacije

### 1. KAJ JE ZDRAVILO ETERIČNO OLJE SIVKE IN ZA KAJ GA UPORABLJAMO

Eterično olje sivke uporabljajte za lajšanje blagih znakov psihičnega stresa in izčrpanosti ter kot pomoč pri uspanju.

To je tradicionalno zdravilo rastlinskega izvora, ki temelji izključno na podlagi dolgotrajnih izkušenj.

Eterično olje sivke je pridobljeno s parno destilacijo cvetov prave sivke. Deluje pomirjevalno in izboljšuje kakovost spanja.

### 2. KAJ MORATE VEDETI, PREDEN BOSTE UPORABILI ZDRAVILO ETERIČNO OLJE SIVKE

#### Ne uporabljajte zdravila Eterično olje sivke

- če ste alergični na eterično olje sivke.

Kopeli celega telesa naj ne uporabljajo bolniki z obsežnimi poškodbami kože in odprtimi ranami, akutnimi kožnimi obolenji, visoko vročino, hujšimi okužbami, hujšimi motnjami krvnega obtoka in oslabiljenim delovanjem srca.

#### Opozorila in previdnostni ukrepi

Pred začetkom uporabe zdravila se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

Če se znaki vaše bolezni poslabšajo ali ne izboljšajo v 2 tednih, se morate posvetovati z zdravnikom.

Previdnost pri uporabi kopeli celega telesa je potrebna pri bolnikih z zvišanim krvnim tlakom.

Eterično olje sivke ne sme priti v stik z očmi; če se to zgodi, oči izpirajte z veliko količino mlačne vode.

#### Otroci in mladostniki

Zaradi pomanjkanja podatkov ni priporočljiva uporaba Eteričnega olja sivke pri otrocih, mlajših od 12 let.

#### Druga zdravila in zdravilo Eterično olje sivke

Obvestite zdravnika ali farmacevta, če uporabljate, ste pred kratkim uporabljali ali pa boste morda začeli uporabljati katero koli drugo zdravilo.

Ni poročil o medsebojnem delovanju zdravila Eterično olje sivke z drugimi zdravili.

#### Zdravilo Eterično olje sivke skupaj s hrano in pijačo

Ni znano, da bi hrana ali pijača vplivali na zdravilo Eterično olje sivke.

#### Nosečnost in dojenje

Če ste noseči ali dojite, menite, da bi lahko bili noseči ali načrtujete zanositev, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom, preden vzamete to zdravilo.

Ni podatkov o varnosti uporabe zdravila Eterično olje sivke med nosečnostjo in dojenjem.

#### Vpliv na sposobnost upravljanja vozil in strojev

Eterično olje sivke lahko zmanjša sposobnost vožnje in upravljanja s stroji. Če občutite, da ima zdravilo na vas takšen vpliv, ne vozite in upravljajte s stroji.

### 3. KAKO UPORABLJATI ZDRAVILLO ETERIČNO OLJE SIVKE

Pri uporabi tega zdravila natančno upoštevajte napotke v tem navodilu ali navodila zdravnika ali farmacevta. Če ste negotovi, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

40 do 60 kapljic dodajte kopeli, v kateri 10-20 minut namakate celo telo enkrat dnevno. Priporočljiva temperatura kopeli je 35-38 °C.

Eterično olje sivke lahko uporabite tudi tako, da enkrat do trikrat dnevno kanete 1 kapljico v pol kozarca vode in popijete oziroma kanete 1 kapljico na kocko sladkorja, ki jo počasi raztopite v ustih.

#### Če ste uporabili večji odmerek zdravila Eterično olje sivke, kot bi smeli

Če ste uporabili večji odmerek zdravila, kot bi smeli, in se ob tem pojavijo neželeni učinki, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

Ni poročil o primerih prevelikega odmerjanja Eteričnega olja sivke.

Naključno zaužitje zahteva nujno medicinsko pomoč.

#### Če ste pozabili uporabiti zdravilo Eterično olje sivke

Ne uporabite dvojnega odmerka, če ste pozabili uporabiti prejšnji odmerek.

Nadaljujte z uporabo zdravila v skladu z navodilom za uporabo.

Če imate dodatna vprašanja o uporabi zdravila, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

### 4. MOŽNI NEŽELENI UČINKI

Kot vsa zdravila ima lahko tudi to zdravilo neželene učinke, ki pa se ne pojavijo pri vseh bolnikih.

Eterično olje sivke lahko povzroči kožne preobčutljivostne reakcije.

#### Poročanje o neželenih učinkih

Če opazite katerega koli izmed neželenih učinkov, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu.

O neželenih učinkih lahko poročate tudi neposredno na nacionalni center za poročanje:

Javna agencija Republike Slovenije za zdravila in medicinske pripomočke

Sektor za farmakovigilanco, Nacionalni center za farmakovigilanco

Slovenčeva ulica 22, SI-1000 Ljubljana

telefon: +386 (0)8 2000 500, faks: +386 (0)8 2000 510

e-pošta: h-farmakovigilanca@jazmp.si, spletna stran: www.jazmp.si

S tem, ko poročate o neželenih učinkih, lahko prispevate k zagotovitvi več informacij o varnosti tega zdravila.

### 5. SHRANJEVANJE ZDRAVILA ETERIČNO OLJE SIVKE

**Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom!** Shranjujte pri temperaturi do 25 °C.

Po uporabi stekleničko takoj dobro zaprite. Vnetljivo! Shranjujte ločeno od virov vžiga!

Tega zdravila ne smete uporabljati po datumu izteka roka uporabnosti, ki je naveden na ovojnini poleg oznake »Uporabno do:«. Rok uporabnosti zdravila se izteče na zadnji dan navedenega meseca.

Zdravila ne smete odvreči v odpadne vode ali med gospodinjske odpadke.

O načinu odstranjevanja zdravila, ki ga ne uporabljate več, se posvetujte s farmacevtom.

Taki ukrepi pomagajo varovati okolje.

### 6. VSEBINA PAKIRANJA IN DODATNE INFORMACIJE

#### Kaj vsebuje zdravilo Eterično olje sivke

Učinkovina je naravno eterično olje sivke (*Lavandula angustifolia* Mill., aetheroleum).

Pomožne snovi niso dodane.

#### Izgled zdravila Eterično olje sivke in vsebina pakiranja

Eterično olje sivke je bistra, brezbarvna ali svetlo rumena tekočina, značilnega vonja.

Pakiranje je škatla s kapalno stekleničko, v kateri je 10 ml eteričnega olja, s priloženim navodilom za uporabo.

#### Način izdaje zdravila Eterično olje sivke

Izdaja zdravila je brez recepta v lekarnah. Izdelek je galensko zdravilo.

#### Proizvajalec

Gorenjske lekarne, Gosposvetska ulica 12, 4000 Kranj

enota Galenski laboratorij, Bleiweisova cesta 8, 4000 Kranj

telefon: 04 20 16 159, faks: 04 20 16 157, e-pošta: g.laboratorij@gorenjske-lekarne.si

Navodilo je bilo nazadnje revidirano dne 20. 4. 2020.

