



# Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku

zdravilni čaj

**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, se morate posvetovati z zdravnikom.

**Kaj vsebuje navodilo:**

1. Kaj je Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku in za kaj ga uporabljamo
2. Kaj morate vedeti, preden boste uporabili Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku
3. Kako uporabljati Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku
4. Možni neželeni učinki
5. Shranjevanje Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku
6. Vsebina pakiranja in dodatne informacije

## 1. KAJ JE ČAJ PROTI ZVIŠANEMU KRVNEMU TLAKU IN ZA KAJ GA UPORABLJAMO

Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku uporabljajte za zniževanje blago zvišanega krvnega tlaka, ko zdravljenje z zdravili na recept še ni potrebno. Pri zniževanju krvnega tlaka je bistvenega pomena sprememba življenjskih navad, ki vključuje predvsem zdravo prehrano, redno telesno dejavnost in vzdrževanje primerne telesne mase.

To je tradicionalno zdravilo rastlinskega izvora, ki temelji izključno na podlagi dolgotrajnih izkušenj. Zdravilni čaj vsebuje liste in cvetove gloga, liste divje oljke, zeli njivske preslice, zeli bele omele, korenine zdravilne špajke in liste navadne melise. Listi in cvetovi gloga ter listi divje oljke vsebujejo učinkovine, ki znižujejo zvišan krvni tlak. Ta učinek podpirajo tudi učinkovine zeli bele omele. Učinkovine listov in cvetov gloga povečujejo tudi moč krčenja srčne mišice ter izboljšujejo njeno prekrvavitev. Listi divje oljke in zeli njivske preslice vsebujejo učinkovine, ki povečujejo izločanje urina. Učinkovine korenin zdravilne špajke in listov navadne melise delujejo pomirjevalno.

## 2. KAJ MORATE VEDETI, PREDEN BOSTE UPORABILI ČAJ PROTI ZVIŠANEMU KRVNEMU TLAKU

### Ne uporabljajte Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku

- če ste alergični na katero od sestavin zdravilnega čaja,
- če imate hujša obolenja srca ali ledvic, ko je zaradi zastajanja vode v telesu priporočljiv zmanjšan vnos tekočine,
- v času nosečnosti in dojenja,
- otroci, mlajši od 18 let.

### Opozorila in previdnostni ukrepi

Pred začetkom uporabe zdravilnega čaja se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.

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

Bolniki z močnejše zvišanim krvnim tlakom ter obolenji srca in ledvic naj uporabljajo Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku le po posvetu z zdravnikom.

Ob uporabi zdravilnega čaja redno nadzorujte svoj krvni tlak.

### Otroci in mladostniki

Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku naj ne uporabljajo otroci, mlajši od 18 let.

### Druga zdravila in Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku

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

Posvetujte se z zdravnikom o sočasni uporabi Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku z zdravili za zdravljenje bolezni srca in ožilja.

### Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku skupaj s hrano in pijačo

Ni znano, da bi hrana ali pijača vplivali na učinkovitost Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku.

### 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.

Ne uporabljajte Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku med nosečnostjo in dojenjem.

### Vpliv na sposobnost upravljanja vozil in strojev

Ni znano, da bi Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku vplival na sposobnost vožnje in upravljanja s stroji.

### 3. KAKO UPORABLJATI ČAJ PROTI ZVIŠANEMU KRVNEMU TLAKU

Pri uporabi tega zdravilnega čaja natančno upoštevajte napotke v tem navodilu ali navodila zdravnika ali farmacevta. Če ste negotovi, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Dve do tri čajne žličke zdravilnega čaja prelijete s skodelico vrele vode (150 ml), dobro premešajte, pokrito pustite stati 10-15 minut in nato precedite.

Čaj lahko pripravite tudi tako, da dve do tri čajne žličke zdravilnega čaja prelijete s skodelico hladne vode (150 ml), dobro premešate, pokrito pustite stati 10-12 ur pri sobni temperaturi in nato precedite.

Skodelico sveže pripravljene čaja pijte dvakrat dnevno.

#### Če ste uporabili večji odmerek Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku, kot bi smeli

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

Ni poročil o primerih prevelikega odmerjanja Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku.

#### Če ste pozabili uporabiti Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku

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

Nadaljujte z uporabo zdravilnega čaja 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.

Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku lahko povzroči blage prebavne težave (slabost, trebušni krči) in 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 ČAJA PROTI ZVIŠANEMU KRVNEMU TLAKU

**Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom!** Shranjujte na suhem mestu, pri temperaturi do 25 °C.

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.

### 6. VSEBINA PAKIRANJA IN DODATNE INFORMACIJE

#### Kaj vsebuje Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku

100 g zdravilnega čaja vsebuje 25,0 g listov in cvetov gloga (*Crataegus species*, folium cum flore), 25,0 g listov divje oljke (*Olea europaea* L., folium), 20,0 g zeli njivske preslice (*Equisetum arvense* L., herba), 10,0 g zeli bele omele (*Viscum album* L., herba), 10,0 g korenin zdravilne špajke (*Valeriana officinalis* L. s.l., radix) in 10,0 g listov navadne melise (*Melissa officinalis* L., folium).

Pomožne snovi niso dodane.

#### Izgled Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku in vsebina pakiranja

Čaj proti zvišanemu krvnemu tlaku je zdravilni čaj - čajna mešanica.

Pakiranje je škattla z vrečko, v kateri je 100 g zdravilnega čaja, s priloženim navodilom za uporabo.

#### Način izdaje Čaja proti zvišanemu krvnemu tlaku

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 8. 9. 2022.

