



## Gebrauchsinformation: Information für den Anwender

### Johanniskraut

2 g/Aufgussbeutel

Arzneitee zum Einnehmen und Auftragen auf die Haut nach Bereitung eines Teeaufgusses

**Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, bevor Sie mit der Anwendung dieses Arzneimittels beginnen, denn sie enthält wichtige Informationen.**

Wenden Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers an.

- Heben Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später nochmals lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Siehe Abschnitt 4.
- Wenn Sie sich nicht besser oder gar schlechter fühlen, wenden Sie sich an Ihren Arzt.

#### Was in dieser Packungsbeilage steht

1. Was ist Johanniskraut und wofür wird es angewendet?
2. Was sollten Sie vor der Anwendung von Johanniskraut beachten?
3. Wie ist Johanniskraut anzuwenden?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wie ist Johanniskraut aufzubewahren?
6. Inhalt der Packung und weitere Informationen

#### 1. Was ist Johanniskraut und wofür wird es angewendet?

Johanniskraut ist ein pflanzliches Arzneimittel traditionell angewendet zur Beruhigung / bei Erschöpfung / bei Magen-Darm-Beschwerden / bei Hautirritationen.

##### Traditionelle innerliche Anwendung

- zur Unterstützung der Behandlung von nervöser Unruhe und Schlafstörungen
- zur Linderung von vorübergehender geistiger (mentaler) Erschöpfung
- zur Linderung von leichten Magen-Darm-Beschwerden

##### Traditionelle äußerliche Anwendung

- unterstützend bei leichten Entzündungen der Haut (Sonnenbrand) und kleinen Wunden

Diese Anwendungen stützen sich ausschließlich auf die langjährige Anwendung des Arzneimittels in den Anwendungsgebieten.

#### 2. Was sollten Sie vor der Anwendung von Johanniskraut beachten?

**Johanniskraut darf nicht angewendet werden,** wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Johanniskraut sind.

##### **Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen**

Besondere Vorsicht bei der Anwendung von Johanniskraut ist erforderlich, wenn die unter Abschnitt 1 beschriebenen Beschwerden verstärkt auftreten. Fragen Sie in diesem Fall Ihren Arzt oder Apotheker.

Für die Dauer der Anwendung sollte intensive UV-Strahlung (Solarium, längere Sonnenbäder) vermieden werden. Teeaufgüsse sollen grundsätzlich mit kochendem Wasser zubereitet werden. Eine Zubereitung von Tee mit warmem Wasser ist nicht ausreichend.

##### **Kinder und Jugendliche**

###### Innerliche Anwendung

Aufgrund unzureichender Daten wird die Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren nicht empfohlen

###### Äußerliche Anwendung

Aufgrund unzureichender Daten wird die Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren nicht empfohlen

##### **Anwendung von Johanniskraut zusammen mit anderen Arzneimitteln**

Bitte informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, kürzlich andere Arzneimittel angewendet haben oder beabsichtigen, andere Arzneimittel anzuwenden.

###### Innerliche Anwendung

Bei Beachtung der maximalen Tagesdosis und einer Anwendungsdauer von maximal 2 Wochen sind keine Wechselwirkungen zu erwarten. Patienten, die andere Arzneimittel einnehmen müssen, sollten mit einem Arzt oder Apotheker sprechen, bevor sie Johanniskraut einnehmen.

###### Äußerliche Anwendung

Keine Wechselwirkungen bekannt.

##### **Schwangerschaft und Stillzeit**

Die Sicherheit während der Schwangerschaft und Stillzeit wurde nicht ausreichend untersucht. Daher wird die Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit nicht empfohlen.

##### **Verkehrstüchtigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen**

Bisher liegen keine Hinweise auf eine Beeinträchtigung der Verkehrsfähigkeit und Fähigkeit zum Bedienen von Maschinen vor. Entsprechende Untersuchungen wurden mit Johanniskraut nicht durchgeführt.

### 3. Wie ist Johanniskraut anzuwenden?

Wenden Sie dieses Arzneimittel immer genau wie in dieser Packungsbeilage beschrieben bzw. genau nach Anweisung Ihres Arztes oder Apothekers an. Bitte fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

#### Dosierung und Art der Anwendung

Innerliche Anwendung zur Unterstützung der Behandlung von nervöser Unruhe und Schlafstörungen

– Erwachsene (einschließlich Ältere)

- Einzeldosis: 1 Aufgussbeutel Johanniskraut wird mit 150 ml siedendem Wasser übergossen und etwa 10 Minuten ziehen gelassen.
- Tagesdosis: morgens und abends 1- bis 2-mal.

Innerliche Anwendung zur Linderung von vorübergehender geistiger (mentaler) Erschöpfung

– Erwachsene (einschließlich Ältere)

- Einzeldosis: 1 Aufgussbeutel Johanniskraut wird mit 150 ml siedendem Wasser übergossen und etwa 10 Minuten ziehen gelassen.
- Tagesdosis: 2- bis 3-mal täglich.

Innerliche Anwendung zur Linderung von leichten Magen-Darm-Beschwerden

– Erwachsene (einschließlich Ältere)

- Einzeldosis: 1 Aufgussbeutel Johanniskraut wird mit 150 ml siedendem Wasser übergossen und etwa 10 Minuten ziehen gelassen.
- Tagesdosis: 2-mal täglich.

Äußerliche Anwendung

– Jugendliche ab 12 Jahren und Erwachsene (einschließlich Ältere)

- 1 Aufgussbeutel Johanniskraut wird mit 150 ml siedendem Wasser übergossen und etwa 10 Minuten ziehen gelassen.
- Der Aufguss wird auf die betroffenen Hautstellen aufgetragen.

#### Dauer der Anwendung

Innerliche Anwendung zur Unterstützung der Behandlung von nervöser Unruhe und Schlafstörungen sowie zur Linderung von vorübergehender geistiger (mentaler) Erschöpfung

Bei Beschwerden, die länger als 2 Wochen andauern sowie bei Verschlechterung der Beschwerden, muss ein Arzt aufgesucht werden.

Innerliche Anwendung zur Linderung von leichten Magen-Darm-Beschwerden sowie äußerliche Anwendung

Bei Beschwerden, die länger als 1 Woche andauern sowie bei Verschlechterung der Beschwerden, muss ein Arzt aufgesucht werden.

#### Wenn Sie eine größere Menge Johanniskraut angewendet haben, als Sie sollten

Wenn sich aufgrund der höheren Dosis Beschwerden einstellen, benachrichtigen Sie bitte Ihren Arzt. Dieser kann gegebenenfalls über erforderliche Maßnahmen entscheiden.

Möglicherweise treten die unter Nebenwirkungen aufgeführten Nebenwirkungen verstärkt auf.

Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung dieses Arzneimittels haben, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker.

### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann auch dieses Arzneimittel Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

Innerliche Anwendung

Magen-Darm-Störungen, Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut, Müdigkeit und Unruhe können auftreten.

Die Häufigkeit ist nicht bekannt.

Auf starke Sonneneinstrahlung können hellhäutige Personen mit verstärkten sonnenbrandähnlichen Symptomen reagieren.

Äußerliche Anwendung

Hautreaktionen können auftreten. Die Häufigkeit ist nicht bekannt.

#### Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

### 5. Wie ist Johanniskraut aufzubewahren?

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf. Sie dürfen dieses Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton nach „Verwendbar bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

In der Originalverpackung aufbewahren, um den Inhalt vor Licht und Feuchtigkeit zu schützen. Nicht über 25 °C lagern.

### 6. Inhalt der Packung und weitere Informationen Was Johanniskraut enthält

1 Aufgussbeutel (= 2 g) Arzneitee enthält den Wirkstoff: 2 g Johanniskraut.

Sonstige Bestandteile sind nicht enthalten.

#### Wie Johanniskraut aussieht und Inhalt der Packung

Originalpackung mit 20 einzeln verpackten Filterbeuteln à 2 g. Johanniskraut ist in folgenden Packungsgrößen erhältlich:

- 125 g Arzneitee im Umkarton
- 40 g Arzneitee à 2 g (20 Aufgussbeutel)

#### Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller

Bombastus-Werke AG, Wilsdruffer Straße 170, D-01705 Freital  
Telefon: +49 351 65803-0,  
E-Mail: [info@bombastus-werke.de](mailto:info@bombastus-werke.de)

#### Diese Packungsbeilage wurde zuletzt überarbeitet im März 2025.