

# La Valériane

---



La Valériane est prescrite dans le traitement des troubles neurovégétatifs et des troubles léger du sommeil chez l'adulte et l'enfant. Elle est souvent associée à d'autre plantes sédatives, comme la passiflore et l'aubépine.

**Déconseillée au cours de la grossesse ou lors de l'allaitement**

La Valériane excelle dans le cas du sevrage tabagique