

# Beruhigungsmittel

**Beitrag von „ellipirelli1980“ vom 9. Oktober 2006 13:09**

Hallo,

ich hätte ein wenig Angst, mit einem Beruhigungsmittel einfach total schläfrig zu sein. Ich hab solche rezeptfreien Baldriankapseln und die haben toll angeschlagen ohne das man früh total fertig war. Die Frage ist nur, ob dein nervöser Magen Medikamente überhaupt verträgt?

Geh doch am besten richtig lange joggen bis du nicht mehr kannst. Dann ab in die heiße Wanne und später ins Bett. Denk dran das du es morgen Abend hinter dir hast - dann ist die Welt wieder in Ordnung. Wir drücken dir alle ganz fest die Daumen.

Elli