

# Fleurance Nature: Melatonin kompleks,30 tableta



**Brend:** Fleurance Nature  
**Raspoloživost:** Na zalihama

**Cijena:** 7.30

**Cijena bez PDV-a:** 5.84

## Short Description

### TROSTRUKO DJELOVANJE NA SAN

\* Melatonin, matičnjak, vitamin B6

- za kvalitetu i prirodan ritam opuštanja i sna
- pomaže osobama koje rade u smjenama i imaju poremećen ritam spavanja
- za smanjenje umora
- minimizira učinke jet lag-a

## Opis

\* MELATONIN COMPLEX sadrži 1,5 mg melatonina, odnosno učinkovitu preporučenu dozu koja pomaže u smanjenju vremena potrebnog za uspavlivanje i minimizira učinke jet lag-a.

Naša formula je nadopunjena vitaminom B6, poznatim po djelovanju na smanjenje umora

i ekstraktom matičnjaka koji doprinosi održavanju zdravog sna i optimalnom opuštanju.

Smanjena koncentracija, razdražljivost ili oštećenje pamćenja... posljedice nedostatka sna na svakodnevni život su brojne. Neprospavana noć, afektivni poremećaj ili jet lag i cijeli tjelesni obrazac spavanja je poremećen. Danas gotovo 2 od 10 ljudi izjavljuje da pati od nepravilnog spavanja\*.

**Melatonin**, koji se obično naziva "hormonom spavanja" ili "hormonom tame", prirodno proizvodi mozak tijekom noći. Ima bitnu ulogu u sinkronizaciji našeg noćnog ritma (unutarnji cirkadijalni ritam). Njegovo lučenje redovito opada s godinama od adolescencije nadalje, sve dok ne predstavlja samo 10% početne razine u 70. godini života.

- Pomaže kod poteškoća sa spavanjem
- Skraćuje vrijeme utonuća u san
- Podrška osobama koje imaju prekide sna tijekom noći i prerana buđenja
- Za osobe koje se osjećaju umorno i nervozno tijekom dana
- Pomaže ako patite od jet laga, prilikom promjene vremenske zone
- Podrška osobama koje rade u smjenama te ne mogu zadržati cirkadijalni ritam
- Melatonin ne izaziva ovisnost niti pospanost tijekom dana ter se može koristiti u duljem vremenskom periodu

#### PREPORUKE ZA KORIŠTENJE:

- Uzmite 1 tabletu navečer prije spavanja s velikom čašom vode. Preporučujemo ga uzeti 30 - 60 minuta prije spavanja.
- Za smanjenje učinaka jet lag, uzmite 1 tabletu prije spavanja prvog dana putovanja i nekoliko dana nakon dolaska na odredište.

#### MJERE OPREZA:

- Dodaci prehrani ne smiju se koristiti kao zamjena za raznoliku i uravnoteženu prehranu.
- Čuvati izvan dohvata djece.

- Nemojte prekoračiti preporučenu dozu.
- Ne preporučuje se trudnicama ili dojiljama.
- Prekomjerna konzumacija može imati laksativni učinak.

Sredstva protiv zgrušavanja (mikrokristalna celuloza, magnezijev stearat), ekstrakt lista matičnjaka 4/1 (*Melissa officinalis*) 150 mg, punilo (sorbitol), sredstva za oblaganje (hidroksipropil škrob, sojin lecitin), melatonin 1 mg, vitamin B6 1,4 mg ( 100% RNV\*).

\* Potrebne nutritivne vrijednosti