Die Plattform für Nährstoff-Fragen

NÄHRSTOFF AKADEMIE SALZBURG

Folgendes Produkt wurde mit dem Qualitätsgütesiegel der Nährstoff-Akademie Salzburg zertifiziert:

FREIWILLIG GEPRÜFTE QUALITÄT – NÄHRSTOFF AKADEMIE SALZBURG

Espara

# Espara

## MELATONIN 5mg KAPSELN

Nahrungsergänzungsmittel

## Bezugsadresse / Distributeur

Espara GmbH, Franz-Sauer-Straße 46 - Haus A, 5020 Salzburg, www.espara.com

## Hersteller

Espara GmbH, Franz-Sauer-Straße 46 - Haus A, 5020 Salzburg, www.espara.com

| Pharmazentralnummer | Artikel Nr. | Menge | Einheiten | EAN/BarCode | AVP mit MWST | MWST Satz |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 3957402 | 7402081 | 60 Stk. | | 9017587402081 | 19,80 | 10 % |

## Produktinformation

Melatonin ist der Taktgeber unserer inneren Uhr. Dieser Botenstoff, der in der Zirbeldrüse (Epiphyse) des Gehirns produziert wird, macht den Körper schläfrig, bremst alle Organsysteme und senkt die Körpertemperatur. Genügend Melatonin bedeutet guten Schlaf, wenig führt zu schlechtem Schlaf. Einen gestörten Melatonin-Haushalt bekommen vor allem Personen mit Jet-Lag zu spüren. Beim Überfliegen der großen Zeitzonen wird der Tag-Nacht-Rhythmus und damit auch unser Hormonsystem durcheinander gebracht. Durch die Einnahme von Melatonin können die Symptome des Jet-Lag nachgewiesenermaßen deutlich gebessert werden. Während des Schlafes kann sich der Körper regenerieren. Im Schlaf wird sozusagen dem Alterungsprozess entgegen gewirkt. Zudem wirkt Melatonin ausgezeichnet antioxidativ. Hopfen und Melisse unterstützen durch ihre beruhigenden, einschlaffördernden Eigenschaften die Wirkung des natürlichen Schlafmittels Melatonin.

## Verzehrempfehlung

Vor dem Schlafengehen 1 Kapsel mit Flüssigkeit verzehren.

## Allfällige Warnhinweise

Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für eine ausgewogene Ernährung dar und die empfohlene Tagesdosis sollte nicht überschritten werden. Abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung. Trocken und nicht über Raumtemperatur sowie außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.

## Allfällige Wechselwirkungen

Nein

## Inhaltsstoffe – Zutaten

Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle), Melissen-Extrakt (Melissen-Extrakt, Trägerstoff Maltodextrin) (15,15)%, Hopfen-Extrakt (Hopfen-Extrakt, Trägerstoff Maltodextrin) (15,15%), Melatonin-Pulver (1,52%).

| Reinstoff-Gehalte: | pro Kapsel | pro Tagesdosis | % RDA(Tagesdosis) |
|---|---|---|---|
| Melatonin-Pulver | 5 mg | 5 mg | |
| Hopfen-Extrakt | 50 mg | 50 mg | |
| Melissen-Extrakt | 50 mg | 50 mg | |