Espara GmbH

A-5020 Salzburg, Franz-Sauer-Straße 46 – Haus A, Tel: 0043/662/432362, Fax: 0043/662/432858,
office@espara.com, www.espara.com

P R O D U K T M O N O G R A P H I E

Melatonin 1mg Kapseln

Inhalt: 60 Kapseln = 18,0 g (Füllmenge)

1 Melatonin 1mg Kapsel (=Tagesdosis)

entspricht: **1 mg Melatonin**
50 mg Hopfen-Extrakt
(mind. 4% Flavone)
50 mg Melissen-Extrakt
(mind. 3% Rosmarinsäure)

vegan – glutenfrei – lactosefrei - fructosefrei

Zutaten:
Füllstoff mikrokristalline Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose*, Melissen-Extrakt (15,82%), Hopfen-Extrakt (Hopfen-Extrakt, Trägerstoff Maltodextrin) (15,82%), Melatonin-Pulver (0,35%).
* pflanzliche Kapselhülle

Verzehr-Empfehlung:
Vor dem Schlafengehen 1 Kapsel mit Flüssigkeit verzehren.

Eigenschaften:
Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin in Kombination mit den Pflanzen Hopfen und Melisse. Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.
Hopfen und Melisse zeichnen sich durch beruhigende und entspannende Eigenschaften aus.
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. Wenn es dunkel ist, steigt die Melatonin-Ausschüttung stark an und erreicht das Maximum so gegen 3 Uhr früh. Nicht umsonst wird Melatonin als Schlafhormon bezeichnet. Genügend Melatonin bedeutet guten Schlaf, wenig führt zu schlechtem Schlaf. Während des Schlafes kann sich der Körper regenerieren. Er findet Zeit, Reparaturen an jenen Zellen durchzuführen, die während des Tages geschädigt wurden. Im Schlaf wird sozusagen dem Alterungsprozess entgegengewirkt. Daher wird Melatonin auch als Anti-Aging-Mittel bezeichnet. Zudem wirkt Melatonin ausgezeichnet antioxidativ, wodurch Freie Radikale abgewehrt und Alterserscheinungen ebenfalls reduziert werden.
Hinweis: Melatoninhaltige Nahrungsergänzungsmittel nicht dauerhaft verwenden, sensible Personen (Kinder/Jugendliche, Asthmatiker, Schwangere/Stillende, Personen mit entzündlichen Erkrankungen bzw. mit Persönlichkeitsstörungen sowie Personen, die Medikamente nehmen) sollten diese nur unter Rücksprache mit dem Arzt anwenden.