

## Melatonin 1 mg | PZN 17893769

### Nahrungsergänzungsmittel mit L-Tryptophan, Lavendel, Melatonin und Vitamin B12

#### Zutaten:

L-Tryptophan, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle), Füllstoff: Reismehl, Lavendel Trockenextrakt, 0,2 % Melatonin, Methylcobalamin

ZUSAMMENSETZUNG	PRO KAPSEL	%NRV*
L-Tryptophan	200 mg	**
Lavendel Extrakt	50 mg	**
Melatonin	1 mg	**
Vitamin B12	100 µg	4000 %

\* Prozent der Nährstoffbezugswerte (NRV) laut Verordnung (EU) NR. 1169/2011

\*\* Keine NRV vorhanden

Glutenfrei, lactosefrei, ohne künstliche Aromen, ohne Gentechnik, für Vegetarier und Veganer geeignet

#### Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Kapsel mit ausreichend Wasser verzehren. Am besten 30 – 60 Minuten vor dem Schlafengehen.

#### Hinweis:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

#### Angaben zur Lagerung:

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 25 Grad und trocken lagern.

#### Inhalt | Nennfüllmenge:

60 Kapseln | 27 g

#### Herstellungsland:

EU

#### Melatonin trägt bei

- zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort mindestens 0,5 mg aufgenommen werden.
- die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.



**Vitamin B12** trägt bei zu

- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Funktion des Nervensystems
- einem normalen Homocystein-Stoffwechsel
- einer normalen psychischen Funktion
- einer normalen Bildung der roten Blutkörperchen
- einer normalen Funktion des Immunsystems
- der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung