Kräuterhaus
Sanct Bernhard

Der Spezialist für Naturheilmittel und Kosmetik.
Seit **1903** im Dienste der Gesundheit.

Melatonin-1mg-Lutschtabletten

Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin und Süßungsmitteln
vegan

Wissenswertes: Melatonin ist ein körpereigenes „Schlafhormon“, das eine wichtige Rolle bei der Steuerung des Tag-Nacht-Rhythmus spielt. Bei Bedarf kann es als sanfte Einschlafhilfe genutzt werden, denn wie unabhängige Forscher der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) bestätigt haben, trägt Melatonin dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Zudem kann es dem Körper helfen, sich an eine wechselnde Schlafenszeit anzupassen, wie es z.B. bei Schichtarbeit oder nach Langstreckenflügen („Jetlag“) nötig ist. Lutschtabletten mit Holunderblüten-Zitronen-Geschmack.

Zutaten: Süßungsmittel Xylitol, Sorbitol; Säuerungsmittel Mononatriumcitrat, natürliche Aromen, Trennmittel Magnesiumstearat, Siliciumdioxid; Melatonin (0,2 %).

	pro Tablette (= Tagesdosis)
Melatonin	1 mg

Noch kein Nährstoffbezugswert für die tägliche Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011 vorhanden.

Verzehrsempfehlung: Zur Verkürzung der Einschlafzeit: 1 Tablette ca. 30 Minuten vor dem Schlafengehen langsam im Mund zergehen lassen.
Zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung: 1 Tablette vor dem Schlafengehen langsam im Mund zergehen lassen. 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 Melatonin aufgenommen werden.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Für Kinder und Jugendliche unter 17 Jahren nicht geeignet. Nicht in Verbindung mit Alkohol einnehmen. Schwangere, Stillende und Personen, die Medikamente einnehmen, sollten vor der Einnahme mit Ihrem Arzt Rücksprache halten.

Lichtgeschützt, trocken und unter 25°C aufbewahren.
Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden und ersetzen nicht eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Made in Germany

Inhalt 120 Tabletten = 58 g

Art.-Nr.: 208

Eti0724

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstraße 47
73342 Bad Ditzenbach

Sitz der Gesellschaft: 73342 Bad Ditzenbach
Geschäftsführer: Elmar Schulz, Sally Wagner
Amtsgericht Ulm/Donau HRA 541000

Telefon 0 73 34/96 54 0
Telefax 0 73 34/96 54 44
info@kraeuterhaus.de

www.kraeuterhaus.de
Ust-ID-Nr. DE 205872348