



Melatonin 1 mg

vegane Formel

Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin

Melatonin ist ein körpereigenes Stoffwechselprodukt, das eine wesentliche Rolle für den Biorhythmus des Organismus spielt. Die biologische „innere Uhr“, der normale Wechsel von Schlafen und Wachen, ist heute häufig gestört, z. B. durch Stress, Schichtarbeit, Langstreckenreisen aber auch als Folge des Alterungsprozesses.

Dabei ist gerade ein gesunder Schlaf besonders wichtig für die vielfältigen Aufgaben der Erneuerung und Wiederherstellung, die unser Organismus während der Perioden des Schlafes zu erfüllen hat.

Die Bildung von Melatonin (in der Zirbeldrüse) erreicht beim Menschen ihren höchsten Stand im Alter von 1 - 6 Jahren; danach sinkt die körpereigene Produktion von Melatonin. 45-Jährige haben nur noch halb so viel Melatonin wie Kinder, 80-Jährige nur noch ein Viertel.

Melatonin wird gewöhnlich in Dosierungen zwischen 1 und 5 mg pro Tablette oder Kapsel angeboten. Die empfohlene ernährungsphysiologische Dosierung liegt bei 1 - 2 mg /Tag, je nach Bedarf, eine halbe Stunde vor dem Einschlafen. Man sollte Melatonin nur verwenden, bevor man zu Bett geht. Flugreisende auf Langstreckenflügen schätzen Melatonin als Mittel gegen die durch die Zeitverschiebung, den sogenannten Jetlag, verursachte Erschöpfung. Man nimmt dazu am besten schon 2 - 3 Tage vor Beginn der Flugreise 1 - 2 Tabletten vor dem Einschlafen und dann nach Ankunft weiterhin 1 - 2 Tabletten vor der gewünschten Schlafenszeit. Als hervorragende Quelle für alle weiteren Informationen, auch in Bezug auf die antioxidativen Eigenschaften von Melatonin kann das Buch Melatonin von Russel R. Reiter und Jo Robinson, erschienen im Droemer Knauer Verlag, empfohlen werden.

Nährstoffangaben

1 Tablette enthält: Menge/Einheit..... % NRV*
Melatonin 1 mg n.a.

* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011.
(NRV = Nutrient Reference Value)

Zutaten: Füllstoff Cellulose, Melatonin, Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Siliciumdioxid)

1X Verzehrempfehlung: 1 Tablette täglich kurz vor dem Schlafengehen (1/2 - 1 Stunde)

Inhalt	e	PZN
120 T	6 g	DE - 15814381 AT - 5667631

Hinweise: Schwangere, Stillende, oder Menschen, die Medikamente nehmen, sollten vor Einnahme dieses Produktes ihren Arzt fragen, ebenso bei Langzeitgebrauch. Nicht einnehmen vor oder während der Arbeit mit Maschinen, Autofahrten oder anderen Tätigkeiten, die volles Reaktionsvermögen bedürfen. Dieses Produkt ist für Erwachsene und sollte nicht von Kindern und Jugendlichen eingenommen werden. Für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet. Vegan. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Nahrungsergänzungsmittel außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Aufbewahrung: Bitte kühl und trocken aufbewahren.

Hersteller	Bestellnummer	Vertrieb
KAL®	74618	Supplementa

Warum KAL®?

KAL® steht seit 1932 für höchste Kompetenz in der Herstellung und Entwicklung echter Premiumnahrungsergänzung. KAL® ist eine der wenigen Marken, die auf eine lange Tradition und Langlebigkeit zurückblicken kann und ist für innovative, hochqualitative und vor allem wirksame Nahrungsergänzungsmittel bekannt. Zum Einsatz kommen von Anfang an ausschließlich die hochwertigsten Rohstoffe, die auf dem Weltmarkt erhältlich sind.

Auf Grundlage neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse hergestellt, bietet KAL® erstklassige Qualität und Wirksamkeit, der weltweit Vertrauen entgegengebracht wird.

Heute besteht das KAL® Sortiment aus einem breiten Angebot an Mono- und Multipräparaten darunter Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren und Enzyme mit einem weiten Spektrum an Dosierungen und den fortschrittlichsten Formen (z. B. Vitamine in ihrer aktivierten Form).

Produktion der KAL® Nahrungsergänzungen

Bei KAL® hat die Qualität höchste Priorität. Um sicherzustellen, dass die Kunden nur die besten Nahrungsergänzungsmittel mit den besten Inhaltsstoffen erhalten, verlangt der herstellende Betrieb mit Namen Nutraceutical von jedem Lieferanten ein Analysezertifikat, um die Produktqualität zu gewährleisten. Zusätzlich testet Nutraceutical jeden einzelnen Rohstoff in einem modernen Labor, bevor eine Substanz für die Fertigung freigegeben wird. Das Laborverifikationsverfahren von Nutraceutical umfasst Tests auf Schwermetalle, Mikroben, Bakterien, Herbizide, Pestizide, wichtige Allergene sowie Reinheit, Authentizität und Wirksamkeit.

Supplementa Servicenummern:

Fon: 00 800 - 17 17 67 17 / Fax: 00 800 - 17 17 67 18

Gebührenfrei aus EU + Schweiz

Supplementa – 30 Jahre Kompetenz in orthomolekularer Medizin

Supplementa bietet ein breites Spektrum an Premium-Nahrungsergänzungsmitteln für unterschiedlichste individuelle Bedürfnisse. Bei der Auswahl der Produkte wird von jeher besonderer Wert auf höchste Qualität und Reinheit gelegt. Ein weiteres herausragendes Kriterium ist die Wahl der weltweit führenden Hersteller spezifischer Kernkompetenzen, so dass die Produkte stets den Anforderungen aktueller Forschung entsprechen. Die Qualität der Produkte, die Vielfalt des Sortiments, die nunmehr 30jährige Erfahrung und die enge Kooperation mit Therapeuten zeichnen Supplementa in der Arbeit für den Kunden aus.