



✓ lactosefrei
✓ glutenfrei
✓ zuckerfrei

Für Vegetarier +
Veganer geeignet

Magnesium

für die Nacht 500

+ Melatonin **DIRECT**

Gesunder Schlaf ist die Voraussetzung für einen guten Tag und wichtig, um fit und leistungsfähig zu bleiben. Wie viel Schlaf ein Mensch benötigt ist unterschiedlich. Grundsätzlich gilt jedoch, dass die meisten Menschen mindestens sieben bis acht Stunden Schlaf pro Nacht brauchen. Melatonin hilft, die Einschlafzeit zu verkürzen.

Doppelherz Magnesium 500 für die Nacht + Melatonin **DIRECT** versorgt Ihren Körper mit 500 mg Magnesium, 1,5 mg Melatonin und Vitamin B₆.

DIRECT-STICKS, die moderne Darreichungsform für die schnelle und direkte Einnahme. Das Granulat kann jederzeit und überall ganz ohne Flüssigkeit eingenommen werden. Ideal für unterwegs oder bei Einnahmeschwierigkeiten von Tabletten.

¹ Magnesium leistet einen Beitrag zur normalen Muskelfunktion.

- Magnesium und Vitamin B₆ unterstützen die normale Funktion des Nervensystems.
- Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Damit sich die positive Wirkung einstellt, sollte kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin eingenommen werden.

Zusammensetzung	pro Tagesportion (= 1 Beutel)	% NRV*
Magnesium	500 mg	133 %
Melatonin	1,5 mg	**
Vitamin B ₆	1,4 mg	100 %

* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

** Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

Verzehrempfehlung:

Täglich vor dem Schlafengehen den Inhalt eines Beutels verzehren. Das Granulat direkt auf die Zunge geben, langsam zergehen lassen und schlucken. Bitte den Beutel in Pfeilrichtung aufreißen.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Da Alkohol die Wirkung von Melatonin auf den Schlaf herabsetzt, sollte bei dem Verzehr von Melatonin kein Alkohol zusätzlich getrunken werden.

Hinweise:

Kinder, Jugendliche, Schwangere und Stillende sowie Personen, die an einer Leber-, Nieren- oder Autoimmunkrankheit oder Epilepsie leiden, sollten das Nahrungsergänzungsmittel nicht anwenden. Personen, die Arzneimittel anwenden oder ein erhöhtes Risiko für Typ-2-Diabetes haben, sollten Melatonin nur nach Rücksprache mit dem Arzt oder Apotheker anwenden.

Melatonin sollte nur kurzfristig maximal 3 Wochen angewendet werden. Nach der Einnahme sollten Sie keine Fahrzeuge führen oder Maschinen bedienen, bevor Sie vollständig erholt sind.

Mengen über 250 mg Magnesium können bei empfindlichen Personen abführend wirken.




Queisser
PHARMA
Schleswiger Str. 74
24941 Flensburg
DEUTSCHLAND
www.doppelherz.de