

melamed®

Melatonin-Tabletten

Nahrungsergänzungsmittel

Liebe Leserin, lieber Leser!

melamed® ist ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel, welches für die Verkürzung der Einschlafzeit entwickelt wurde. melamed® ist auch in der Lage, das subjektive Gefühl von Jetlag zu vermindern.

Als Einschlafzeit versteht man die Zeit zwischen dem zu Bett gehen und dem tatsächlichen Einschlafen. Diese ist individuell sehr unterschiedlich, sollte aber im Idealfall nicht mehr als 20 Minuten betragen. Durch eine stark verlängerte Einschlafzeit reduziert sich die Gesamtschlafdauer.

Jetlag

Normalerweise regelt die „innere“ Uhr (zirkadianer Rhythmus) den Schlaf-Wach-Rhythmus des Menschen. Die durch das Überfliegen mehrerer Zeitzonen auftretende Störung des Schlaf-Wach-Rhythmus wird Jetlag genannt.

Von Störungen des täglichen Schlaf-Wach-Rhythmus sind aber auch Personen in besonderen Arbeitsformen (abwechselnde Tag- und Nachtarbeit) betroffen. Durch die wechselnden Arbeitszeiten („Schichtarbeit“) muss die „innere Uhr“ immer wieder umgestellt werden – mit ähnlichen Auswirkungen wie bei einem Jetlag.

Was ist melamed®?

melamed® enthält das Hormon Melatonin. Diese körpereigene Substanz wird auf der Basis von Serotonin in der Zirbeldrüse produziert. Die Produktion und gleichzeitig auch die Sekretion ist abhängig von verschiedenen Faktoren. Sie beginnt mit dem Einsetzen der Dunkelheit und erreicht ihren Höhepunkt um ca. drei Uhr morgens. Im Laufe des Lebensalters nimmt die Melatoninproduktion stetig ab. Die Abnahme des Hormonspiegels allein führt noch nicht zwangsläufig zu Problemen beim Einschlafen. Die Rolle von Melatonin als Zeitgeber ist bei Schichtarbeit und Reisen in andere Zeitzonen wissenschaftlich anerkannt.

melamed®

Melatonin-Tabletten

Wann findet melamed® Anwendung?

melamed® kann im Zuge einer Fernreise das subjektive Jetlag-Gefühl reduzieren und ist ebenfalls geeignet für die Verkürzung der Einschlafzeit. Keinesfalls ist melamed® ein Ersatz für eine ärztlich verordnete Schlafmedikation. Zur Verkürzung der Einschlafzeit sollte die Anwendungsdauer 13 Wochen nicht überschreiten.

Zutaten:

Lactose, Croscarmellose (Stabilisator), Melatonin, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (Trennmittel).

Inhaltsstoff	pro 1 Tablette
Melatonin	3 mg

Verzehrempfehlung:

Einnahmeempfehlung bei Jetlag: Die Einnahme soll am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen erfolgen. In weiterer Folge wird eine Einnahme von 1 Tablette an den ersten Tagen nach der Ankunft empfohlen, um eine positive Wirkung zu erzielen.

Einnahmeempfehlung zur Verkürzung der Einschlafzeit: Eine schlafanstoßende Wirkung von Melatonin ist zu erwarten, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 Tablette eingenommen wird.

Wichtige Hinweise:

melamed® ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten. Kann die Reaktionsfähigkeit und Verkehrstüchtigkeit beeinträchtigen. Trocken, vor Licht und Wärme geschützt lagern. Für Kinder unerreichbar aufbewahren. Dieses Nahrungsergänzungsmittel ist für Schwangere, stillende Mütter und Kinder unter 18 Jahren nicht geeignet. melamed® ist ebenfalls nicht geeignet für Personen mit Nieren- bzw. Leberfunktionsstörungen.

Packungsgröße: 60 Tabletten

Herstellung und Vertrieb:

ECA-MEDICAL HandelsGmbH,
Mitterweg 4, A-6265 Hart im Zillertal