



NEM0117	21,90 € / Stück	730,00 € / 1 l	Lavendel
ab 2 Stück	20,59 € / Stück	686,33 € / 1 l	- 6 %
ab 3 Stück	19,71 € / Stück	657,00 € / 1 l	- 10 %



Glutenfrei



Laktosefrei



Vegan

21,90 €

melatonin tropfen ★★★★★

Nahrungsergänzungsmittel, Melatonin Tropfen gelöst in Wasser mit natürlichem Lavendel-Extrakt.

- Pro 3 Tropfen = 1 mg reines Melatonin.
- Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen.
- Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei.
- Angenehmer Geschmack, nicht bitter.
- Ohne jegliche Zusatzstoffe.

Melatonin, das Schlafhormon und starkes Antioxidans, lässt uns abschalten und in die Welt der Träume gleiten. Es wird größtenteils in der Zirbeldrüse

gebildet, die im Gehirn liegt, wofür die Aminosäure L-Tryptophan über die Zwischenstufe 5-HTP benötigt wird. Die Melatoninbildung und -ausschüttung ist lichtabhängig. Ist es hell, wird die Melatoninproduktion unterdrückt, ist es dunkel wird sie angekurbelt. Blaues Licht, ausgehend von PC, TV und Smartphone, hemmen die Melatoninproduktion. Gegen Abend, steigt die Melatonin-Synthese, der Körper leitet die Regenerationsphase und das Einschlafen ein. Die Körpertemperatur und der Blutdruck sinken ab, die Tiefschlafphase beginnt. Das Immunsystem wird nun aktiv und bildet neue Immunzellen. Es werden Wachstumshormone ausgeschüttet wodurch der Körper regeneriert. Mit fortschreitendem Alter sinkt die körpereigene Melatoninproduktion.

Gesundheitsbezogene Aussagen zum Hormon Melatonin:

- Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Diese positive Wirkung stellt sich dann ein, wenn 1 mg Melatonin (enthalten in 3 Tropfen) kurz vor dem Schlafgehen aufgenommen wird.
- Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei. Diese 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.

Melatoninmangel

Melatonin ist unerlässlich für einen erholsamen Schlaf und sorgt für einen normalen Tag-Nacht-Rhythmus. Bei einem Melatoninmangel kommt es zu Ein- und Durchschlafstörungen, Erschöpfung, Abgeschlagenheit, Konzentrationsstörungen, Stimmungstiefs, sowie frühzeitiger Hautalterung. Fehlt die durch Melatonin eingeleitete Tiefschlafphase, können erhöhte Infektanfälligkeit, Gewichtszunahme, ein Verlust von Muskelmasse, sowie verminderte Hautregeneration die Folge sein. Die fehlende Regenerationsphase erhöht das Risiko chronischer Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes Typ 2 und lässt das Krebsrisiko steigen.

Inhalt: 30 ml (970 Tropfen = 323 Portionen)

Geschmack: Lavendel

Zubereitung: Pro Portion mit der Pipette 3 Tropfen (= 0,09 ml) in ein Glas Wasser geben. Oder mit der Pipette direkt in den Mund tropfen und auf der Zunge zergehen lassen.

Verzehrempfehlung: 1 Portion (= 3 Tropfen á 1 mg Melatonin) täglich unmittelbar vom dem zu Bett gehen nehmen.

Zutaten: Wasser, Alkohol, Melatonin, natürlicher Lavendelextrakt.

Durchschnittlicher Gehalt	pro Portion (=3 Tropfen)	% NRV* pro Portion
Melatonin	1 mg	**

* Prozent der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr (=Nährstoffbezugswerte)

** Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden