



Relaxirem noapte comprimate filmate 30 cpr REMEDIA

Beneficii:

Recomandat pentru inducerea si mentinerea unui somn linistit, odihnitor si restabilirea ciclului normal veghe-somn.

Compozitie:

Extract din radacina de Valeriana (*Valeriana officinalis*) - 125 mg, extract din conuri de Hamei (*Humulus lupulus*) - 70 mg, extract din partea aeriana de Mac-californian (*Eschscholtzia californica*) - 70 mg, extract din fructe de Curmal-chinezesc (*Ziziphus jujuba*) - 50 mg, extract de Passiflora / Floarea-pasiunii (*Passiflora incarnata*) -40 mg, extract din parti aeriene de Roinita (*Melissa officinalis*) - 25 mg, melatonina - 1 mg.

Mod de administrare: persoane peste 12 ani si adulti, 1-2 capsule, cu o ora inainte de culcare.

Efecte si caracteristici:

Valeriana (*Valeriana officinalis*) ajuta la redarea calmului si relaxarii necesare inaintea unui examen, pentru imbunatatirea calitatii si duratei somnului.

Floarea-pasiunii (*Passiflora incarnata*) induce o stare de somn odihnitor, de buna calitate, concomitent cu reducerea starilor de iritabilitate, tensiune psihica, stres.

Roinita (*Melissa officinalis*) este folosita pentru sustinerea sistemului nervos, pentru reducerea oboselei si extenuarii si mentinerea starii de calm si relaxare.

Macul-californian (*Eschscholtzia californica*) contine un alcaloid cu efect calmant, motiv pentru care se foloseste de secole atat pentru reducerea starilor de agitatie si neliniste, cat si pentru imbunatatirea calitatii somnului.

Curmalul-chinezesc (*Ziziphus jujuba*) sustine imunitatea, imbunatateste metabolismul, tonifica organismul, ajuta respiratia prin facilitarea expectoratiei.

Hameiul (*Humulus lupulus*) contine substante amare, rasini, taninuri etc., fiind folosit pentru prepararea berii dar si in medicina populara. Substantele bioactive din conurile plantei sustin sistemul nervos, fortifica si mineralizeaza organismul, ajuta la mentinerea calitatii somnului si la atenuarea impulsurilor sexuale exacerbate.

Melatonina contribuie la atenuarea tulburarilor de somn (efectul benefic se obtine in conditiile consumului unei doze minime de 0,5 mg administrate inainte de culcare in prima zi de calatorie si in urmatoarele cateva zile dupa sosirea la destinatie) si la reducerea timpului necesar pentru a adormi (efectul benefic se obtine in conditiile unui consum de 1 mg de melatonina inainte de culcare).