

5 htp 50mg 90 cps FORMULA K



Trasmiterea semnalelor prin diferitele regiuni ale creierului se realizeaza prin intermediul unor mesaje chimice numite neurotransmitatori, cel mai important fiind serotonina.

5-HTP (5-Hidroxitriptofan) este un metabolit al aminoacidului Triptofan si este un precursor direct al neuro-transmitatorului serotonina numita si „esenta fericirii”.

5-HTP este totodata si un precursor al hormonului melatonina care regleaza ciclul veghe-somn. Nivelul de Serotonina are o influenta directa asupra starii de spirit si pentru un somn odihnitor. Cand nivelul de serotonina este redus din diferite cauze cum ar fi stresul cotidian, un mod de viata sedentar, o alimentatie necorespunzatoare ca si alte aspecte tipice vietii cotidiene din ziua de azi, atunci apar modificarile de comportament enumerate mai jos.

Suplimentarea cu **5-HTP** reduce efectele unui nivel redus de serotonina in creier. De fapt **5-HTP** se transforma in serotonina, dar fara efectele secundare nedorite ale medicamentelor de sinteza cum ar fi **Prozac**. De fapt **5-HTP** este o alternativa naturala, testata clinic a acestui medicament foarte la moda.

Simptomele unui deficit de serotonina pot fi una sau mai multe din urmatoarele:

- depresie, insomnie;
- anxietate, comportament obsesiv;
- migrene, foame persistenta;
- agresivitate, nesociabilitate.

In mai multe studii clinice recente, **5-HTP** s-a dovedit egal sau chiar superior medicamentelor de sinteza utilizate pentru tratamentul depresiei nervoase. Intr-un studiu efectuat in Norvegia s-a demonstrat ca **5-HTP** imbunatateste considerabil somnul. Doua studii efectuate in Spania si in Italia au demonstrat ca **5-HTP** este eficace contra migrenelor pe fond depresiv.

Efectele suplimentare ale acestui produs:

- Amelioreaza starea psihica, induce stare de calm, siguranta de sine.
- Induce stare de relaxare si incredere.
- Imbunatateste calitatea somnului.
- Reduce sau elimina migrenele cauzate de starea de stres sau starea depresiva.

5-HTP este un produs standardizat si foarte concentrat, sintetizat din seminte de *Griffonia Simplicifolia*, o planta din partea de vest a Africii.

Compozitie

Ingrediente/capsula:

Agent de incarcare: celuloza microcristalina	226 mg
L-5-hydroxytryptophan/5-HTP (din seminte de <i>Griffonia simplicifolia</i>)	50 mg
Capsula: gelatina	61 mg
Stearat de magneziu	5 mg

Nu contine: lactate, oua, gluten, grau, porumb,soia, nuci, fermenti, indulcitori artificiali, arome sau coloranti.

Administrare

Modul recomandat de administrare: 1-2 capsule de 3 ori pe zi.

Atentionari

- Consultati medicul inainte de utilizare daca simptomele persista sau se agraveaza sau daca administrati medicamente sau cabidopa/suplimente cu activitate serotoninergica L- triptofan, adenosilmetionina/ SAM/e, antidepresive, analgetice, Sunatoare (*Hypericum perforatum*), medicamente contra tusei si guturaiului care contin dextromethrorphane, medicamente contra gretii, medicamente antimigrene. Incetati utilizarea si consultati medicul daca prezentati semne de slabiciune, ulceratii bucale sau dureri abdominale insotite de dureri musculare severe!
- Dovediti prudenta cand lucrati cu masini grele, cand conduceti autovehicule cu motor sau cand sunteti implicat in activitati necesitand vigilenta!
- Unele persoane pot prezenta diaree, greata, vomismente sau/si dureri abdominale.
- Nu se administreaza femeilor gravide sau care alapteaza precum si persoanelor pe medicatie cu inhibitori MAO (antidepresivi)!
- A se pastra la loc intunecos si rece, departe de accesul copiilor!
- A nu se depasi doza recomandata pentru consumul zilnic!
- Suplimentele alimentare nu se substituie unei diete variate si echilibrate si unui mod de viata sanatos.

Efecte secundare

- **Sunt foarte rare dar pot fi:** usoara ameteala sau usoara stare de voma. De obicei daca apar, aceste efecte dispar dupa cateva zile.