



**Aceeași rețetă, un nou ambalaj!**

## **Emocalm cu melatonina fost somnofort 60 cpr EXPERTI IN EXTRACTE**

Descriere:

Somnul reprezintă o stare fiziologică a sistemului nervos central care se caracterizează prin diminuarea sensibilității față de influența stimulilor externi.

De regulă, în cursul somnului se parcurg o serie de cicluri care se diferențiază între ele prin profunzime, activitate cerebrală și intensitate a mișcării globilor oculari. Pentru un somn normal, succesiunea fazelor (adormirea, somnul superficial, somnul de profunzime medie, somnul profund) și ciclicitatea lor sunt absolut indispensabile, mai ales somnul profund și faza REM (Rapid Eye Movement) trebuind să se păstreze nealterate.

Cele mai mari probleme le creează reducerea sau suprimarea fazei REM (în care visăm), deoarece prin lipsa prelungită a acesteia ni se ia posibilitatea prelucrării, în subconștient, a evenimentelor și impresiilor acumulate peste zi, urmarea fiind instalarea unor tulburări neurologice.

Persoanele care obișnuiesc să se culce după ora 23 vor avea faze REM scurte și un somn neodihnitor. În mod asemănător, cei care lucrează noaptea își perturbă somnul.

Administrarea unor preparate din produse vegetale favorizează instalarea somnului (cu păstrarea intactă a fazei REM inițiale), fără a provoca a doua zi senzația de mahmureală (hang-over) cunoscută în cazul somniferelor de sinteză.

Condiția ca acestea să funcționeze este, desigur, realizarea unor cerințe minime favorabile: închiderea luminii, a televizorului, a radioului etc.

### **Mod de administrare**

Adulți și tineri peste 15 ani: câte 1-2 comprimate seara, cu 30 de minute înainte de culcare.

### **Ingrediente**

valeriana (*Valeriana officinalis*) - extract hidroalcoolic 4:1 din rădăcini (300 mg), passiflora (*Passiflora incarnata*)-extract hidroalcoolic 4:1 din flori (200 mg), hamei (*Humulus lupulus*)-extract hidroalcoolic 4-6:1 din conuri (100 mg), melatonina (1,5 mg).

### **Contribuie la**

- instalarea somnului și creșterea calității acestuia;
- normalizarea duratei somnului;
- menținerea ritmului circadian normal.

### **Contraindicații**

Sarcină, alăptare, intoleranță la oricare dintre componentele produsului.