

## **Склад**

**1 ородисперсна таблетка містить:** мелатонін - 5 мг (mg).

**Склад:** мелатонін; наповнювач маніт; загущувач полівінілпіролідон; антиспікаючі агенти: діоксид кремнію, магнієві солі жирних кислот; ароматизатор полуниця; підсолоджувач сукралоза.

**Без ГМО, цукру, крохмалю, молока, лактози, сої, глютену (клейковини, пшениці), дріжджів, риби, натрію.**

**Не є лікарським засобом.**

## **Рекомендації по вживанню**

АЛЬПЕТОНІН ФАСТ - дієтична добавка до раціону харчування, яка може бути рекомендована в якості додаткового джерела мелатоніну, що сприяє підтримці здорового сну при ускладненому засинанні, частому нічному пробудженні та інших розладах сну, розладу циркадного ритму «сон-безсоння» при зміні часових поясів та при зміні зимового та літнього часу, при стресах та психо-емоційних навантаженнях, при погіршенні загального самопочуття та концентрації уваги, при хронічній втомі, при зменшенні розумової та фізичної працездатності та при змінах погодних умов у метеочутливих людей.

**Мелатонін** - це речовина, що природньо виробляється в організмі з метою регулювання циклічного чергування сну і неспання. Окрім того, що мелатонін викликає міцний нічний сон, він відповідає за нормальну роботу мозку, стресостійкість та фізичну витривалість. З віком організм людини знижує синтез цієї речовини, що слугує сигналом до запуску процесів старіння. Саме внаслідок зниження рівня мелатоніну люди старші 40 років часто страждають від порушень сну. Застосування мелатоніну допомагає організму адаптуватися до стресів та відновити повноцінний сон при психоемоційних перевантаженнях.

Мелатонін не накопичується в організмі, а його вживання не викликає звикання та ранкової сонливості.

Згідно результатів узагальненого систематичного аналізу\*, прийом мелатоніну у дозах вище 5 мг на добу недоцільний.

АЛЬПЕТОНІН ФАСТ - це ородисперсні таблетки, що розпадаються у ротовій порожнині у середньому за 30 секунд, що дозволяє мелатоніну швидко всмоктуватися, та не потребують використання води для прийому, ковтання чи жування.

*\*Herxheimer A, Petrie KJ. Melatonin for the prevention and treatment of jet lag // Cochrane Database of Systematic Reviews 2002, Issue 2, Art. No.: CD001520.*

## **Спосіб застосування та дози**

Дорослим та дітям старше 16 років по 1 таблетці на добу за 30 хв. до сну, бажано в один і той же час щодня.

## **Застереження**

Не застосовувати при підвищеній чутливості до будь-якого з інгредієнтів, дітям до 16 років, жінкам під час вагітності та годування груддю.

Містить поліюли, надмірне споживання може спричинити послаблюючий ефект.

**Перед споживанням рекомендована консультація лікаря.**

**Дієтичну добавку не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування.**

**Не перевищуйте зазначену рекомендовану кількість (порцію) для щоденного споживання.**

## **Умови зберігання**

Зберігати в оригінальній упаковці у сухому, віддаленому від світла та тепла місці при температурі не вище 25°C. Зберігати у недоступному для дітей місці.

## **Форма випуску**

30 ородисперсних таблеток у блістері, 1 блістер у картонній коробці.

## **Виробник**

Виробник: Мако Фарма Сп з о.о., Польща.

Вироблено для: Альпен Фарма АГ, Берн, Швейцарія.

Ексклюзивний дистриб'ютор: ПрАТ «НАТУРФАРМ», Україна, 04075 м. Київ, Пуща-Водиця, вул. Лісна, буд. 30-А.