

## **Опис**

OstroVit Мелатонін це харчова добавка у таблетках, що містить мелатонін. Продукт Мелатонін особливо рекомендується людям, які борються із засипанням, працюють у змінному режимі, подорожують та часто змінюють часові пояси.

- 1 порція = 1 таблетка
- Покращує якість сну!
- Природний гормон

Мелатонін – похідне триптофану. Це відбувається в нашому організмі як гормон, що виробляється шишкоподібною залозою. У менших кількостях мелатонін виробляється травною системою, лейкоцитами чи кістковим мозком. Його називають гормоном сну, тому що він відіграє важливу роль у регулюванні часу сну, а також під час ходьби протягом дня. Він відповідає за почуття сонливості, а також зниження температури і артеріального тиску в нічний час.

## **Властивості**

- Допомогає скоротити час, необхідний для засинання
- Допомогає покращити загальну якість сну
- Допомогає полегшити суб'єктивне відчуття синдрому раптової зміни часового поясу
- Має антиоксидантну активність

## **Рекомендації щодо застосування**

Приймайте 1 порцію (1 таблетку) щодня за 30 хвилин до сну. Сприятливий вплив надає прийом 1 мг мелатоніну незадовго до сну або 0,5 мг незадовго до сну в перший день подорожі та протягом наступних кількох днів після прибуття до пункту призначення.

## **Застереження**

Не перевищуйте рекомендовану добову порцію прийому. Дієтична добавка не повинна використовуватися як заміна (заміщення) різноманітного харчування. Рекомендується збалансоване харчування та здоровий спосіб життя. Не вживати, якщо у вас алергія на будь-який з інгредієнтів продукту. Продукт не слід використовувати дітям, вагітним жінкам і матерям, що годують. Зберігати у недоступному для маленьких дітей місці.

Не застосовувати під час керування автомобілем або роботи з механізмами, не поєднувати з вживанням алкоголю та з іншими лікарськими препаратами, у тому числі рослинними.

## **Склад**

Мелатонін - 1 мг