



## MELATONINA PLUS

"One More Melatonina Plus" pomaga spokojnie zasnąć i reguluje rytm biologiczny. Melatonina, działając jako przeciwutleniacz w organizmie, chroni przed infekcjami, stanami zapalnymi i chorobami układu odpornościowego. Oprócz pomocy w zasypianiu, Melatonina Plus wspiera ogólny stan zdrowia Twojego organizmu.



### Co to jest Melatonina?

Melatonina, wydzielana przez szyszynkę w mózgu, jest hormonem, który ogólnie reguluje biorytm organizmu.

Melatonina jest produkowana przez ten gruczoł prawie wyłącznie w ciemności.

Hormon melatonina jest hormonem wrażliwym na światło. Może być wydalany w warunkach słabego oświetlenia i do skutecznego wydalania potrzebuje ciemności.

Chociaż może się to różnić w zależności od osoby, ludzie na ogół wydalają melatoninę między 23:00 a 05:00, a stężenie melatoniny

we krwi wzrasta w tych godzinach 3 do 10 razy.

Kiedy obudzisz się z melatoniną syntetyzowaną przez całą noc, zauważysz, że jesteś wypoczęty i pełen energii.

Ponadto produkcja melatoniny, która jest wydalana w większym stopniu zimą, spada w słoneczne i jasne letnie dni.

Hormon melatoniny, o którym wiadomo, że wpływa na wiele procesów biologicznych i fizjologicznych w organizmie, może bezpośrednio wpływać na wiele schorzeń, od zaburzeń snu po zaburzenia psychiczne.

Przyczyną pojawienia się objawów /jetlag/ po długich lotach samolotem jest przerwanie produkcji melatoniny.

Aby organizm mógł w zdrowy sposób uwalniać melatoninę, bardzo ważne jest, aby w nocy spać w całkowicie ciemnym otoczeniu.

### NA CO WPLYWA MELATONINA?

Ponieważ melatonina jest ważnym hormonem regulującym ogólnie biorytm organizmu, ma ona wpływ na wiele funkcji fizjologicznych.

Melatonina działa również jako przeciwutleniacz w organizmie. Jest bardzo skuteczna w ochronie przed infekcjami, stanami zapalnymi i chorobami układu odpornościowego.





Odpowiednia ilość melatoniny jest niezbędna do dobrego snu. Dla zdrowego i wydajnego snu bardzo ważne jest, aby rytm biologiczny organizmu działał prawidłowo. Kiedy wydalana jest niewystarczająca ilość melatoniny, może pojawić się bezsenność i różne problemy z nią związane.

### Olejek eteryczny z róży

Kojące właściwości olejku różanego zachęcają do stosowania go w celu obniżenia ciśnienia krwi i leczenia kołatania serca.

Dla dobrego samopoczucia

Udręka, niepokój

Depresja utajona

Emocje

Oziębłość

Nerwowość

Stres

Przepracowanie

### Olejek eteryczny z lawendy

Jest to jeden z najczęściej stosowanych olejków eterycznych, ponieważ jego zalety są liczne. Lawenda (*lavandula officinalis* lub *lavandula angustifolia*), znana również jako prawdziwa lawenda, to roślina znana ze swoich właściwości uspokajających, przeciwskurczowych i przeciwbólowych

#### Podczas korzystania z produktu:

- Nakładaj bezpośrednio na ciało.
- Unikaj kontaktu z oczami i innymi wrażliwymi częściami ciała.
- Nie stosować na oparzone i zranione części ciała.
- Stosować ostrożnie w przypadku ciąży.
- Tylko do użytku zewnętrznego.
- Nie stosować podczas pracy lub prowadzenia pojazdu.

#### Stosowanie:

- Należy nakładać na oczyszczoną, suchą i pozbawioną włosów skórę.
- Otwórz saszetkę i weź pasek.
- Usuń papierową podkładkę.
- Delikatnie nałóż na tył ucha lub czoło na 1 godzinę przed zaśnięciem.

#### Składniki:

4,4 mg MELATONINA  
OLEJEK LAWENDOWY  
OLEJEK RÓŻANY

