

Inhaltsstoffe

Wasser, Stabilisator: Glycerin, Alkohol, Weißdorn-Extrakt
Crataegus oxyacantha (Blütenstände), Melatonin,
Konservierungsmittel: Kaliumsorbat, Natriumbenzoat,
Säureregulator: Zitronensäure.

Nährwertanalyse :

Durchschnittswerte	Durch Sprühen	Pro 2 Sprühstöße
Melatonin	500 µg	1 mg
Weißdorn-Extrakt	4,9 mg	9,8 mg

*NRW: Nährstoffreferenzwerte

Anwendungshinweise

EINSCHLAFSCHWIERIGKEITEN:

2 Sprühstöße, je nach Bedarf.

Sprühflasche für 150 Sprühstöße.

Die positive Wirkung wird durch die Einnahme von 1 mg Melatonin vor dem Schlafengehen erreicht. Bei kontinuierlicher Einnahme über mehrere Monate wird empfohlen, einen ärztlichen Rat einzuholen.

Mit einem Glas Wasser einnehmen.

ZEITVERSCHIEBUNG:

1 bis 2 Sprühstöße, je nach Bedarf.

Sprühflasche für 150 Sprühstöße.

Dauer der Anwendung entsprechend der Stundenanzahl der Zeitverschiebung.

Die positive Wirkung wird durch die Einnahme von mindestens 0,5 mg Melatonin vor dem Schlafengehen am ersten Reisetag sowie an den auf die Ankunft folgenden Tagen erreicht.

Mit einem Glas Wasser einnehmen.

Vorsichtsmaßnahmen

Verabreichung bei Kindern und Jugendlichen nur auf ärztlichen Rat.

Nicht geeignet für schwangere oder stillende Frauen, Personen, die an entzündlichen Erkrankungen oder Autoimmunkrankheiten sowie Epilepsie, Asthma, Stimmungsschwankungen, Verhaltens- oder Persönlichkeitsstörungen leiden. Die empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten.

Gefahr von Schläfrigkeit.

Bei Verbindung mit einer medikamentösen Behandlung sich von Ihrem Arzt oder Apotheker beraten lassen.