

## **Склад**

*Активні інгредієнти:* екстракт шишок хмелю - 200 mg (mg), екстракт листя меліси - 100 mg (mg); екстракт квітів лаванди - 30 mg (mg), магній - 56,3 mg (mg) - мелатонін - 1,0 mg (mg); Вітамін B6 - 0,4 mg (mg).

*допоміжні речовини:* мікрокристалічна целюлоза E460 (i), гідроксипропілметилцелюлоза E464, кремнію діоксид E551, гідроксипропілцелюлоза E463, целюлози порошок E460 (ii) кроскармелоза E468, магнієві солі жирних кислот E470b, тальк E553b, титану діоксид E171, поліетиленгліколь E1521, заліза оксиди і гідроксиди E172 .

## **Фармакологічна дія**

Компоненти, що входять до складу Доппельгерц актив Спокійний сон, сприяють розслабленню перед сном, засипанню і підтримці здорового, природного сну. Завдяки оптимально підібраній комбінації забезпечується хороше самопочуття і бадьорість після пробудження.

Мелатонін - основний гормон епіфізу, регулятор циркадного ритму (сон/пробудження, активність/відпочинок) людини та інших живих організмів. Основна частина виробляється організмом під час сну. Завдяки своїм властивостям мелатонін сприяє нормалізації нічного сну: прискорює засинання, поліпшує якість сну, знижує число нічних пробуджень, не викликає відчуття млявості, розбитості і втоми при пробудженні, сновидіння стають яскравішими і емоційно насиченими. Також мелатонін може сприяти адаптації організму до швидкої зміни часових поясів і зниження стресових ситуацій.

Інші компоненти, що входять до складу продукту, а саме, екстракти шишок хмелю, листя меліси і квітів лаванди, надають на організм заспокійливу, антидепресивну та седативну дію.

Шишки хмелю мають заспокійливі властивості, які обумовлені наявністю лупуліна, саме з ним пов'язана седативну дію. Також доведені позитивні властивості хмелю в якості антиаритмічного і гіпотензивний засіб.

Седативну і заспокійливу дію меліси пов'язана з основними діючими компонентами (цінтраль, гераніол, ліналоол), які надають сприятливий ефект на функції центральної нервової системи і сприяють поліпшенню сну.

Квіти лаванди мають в своєму складі велику кількість ефірних масел, дубильних речовин, флавоноїдів і кумаринів. Завдяки їх наявності квіти лаванди володіють

заспокійливими і седативні властивості.

Позитивний вплив на стан нервової системи надає комбінація магнію і вітаміну В6, присутніх в складі комплексу Доппельгерцактів Спокійний сон.

### **Рекомендації щодо застосування**

Може бути рекомендована лікарем в раціонах дієтичного харчування для створення оптимальних дієтологічних умов функціонування організму людини і сприяє більш швидкому засипанню і підтримці здорового, природного сну.

Не слід використовувати в якості заміни повноцінного раціону харчування.

### **Протипоказання**

Підвищена чутливість до компонентів продукту, жінкам в період вагітності і лактації. З обережністю людям, які мають чутливість до лаванді. Не перевищувати рекомендовану добову дозу.

Інформація для хворих на цукровий діабет: 1 таблетка містить 6 kJ (кДж) / 1 kcal (ккал) але не містить хлібних одиниць.

Не є лікарським засобом.

Дієтична добавка.

Без ГМО.

### **Спосіб застосування та дози**

Дорослим 1 таблетці за годину до сну, запиваючи достатньою кількістю води. Перед застосуванням рекомендується проконсультуватися з лікарем.

Рекомендований термін споживання: 20 днів, більш тривалий термін застосування і повторний прийом узгоджується з лікарем.

### **Термін придатності**

3 роки від дати виробництва.

### **Умови зберігання**

При температурі не вище 25 °C, в сухому і недоступному для дітей місці.

**Упаковка**

20 таблеток у картонній коробці.

**Виробник**

Квайссер Фарма ГмбХ і Ко. КГ.

**Місцезнаходження виробника та його адреса місця провадження діяльності**

Шлезвігер Штрассе 74 24941 Фленсбург, Німеччина.