

Состав

1 таблетка, покрытая плёночной оболочкой, массой 350 мг (mg) содержит:

Активный ингредиент	Количество на таблетку	NRV%*
L-теанин	100 мг (mg)	**
Мелисса лекарственная (<i>Melissa officinalis</i>), экстракт листьев	25 мг (mg)	**
Мелатонин	3 мг (mg)	**

Вспомогательные вещества: крахмал кукурузный, стеарат магния, гидроксипропилметилцеллюлоза, полиэтиленгликоль, тальк, кальция карбонат, железа оксид желтый, повидон К-30, аэросил. Без ГМО.

* Суточные референсные величины потребления витаминов и минеральных веществ (для лиц старше 18 лет), закон «Об информации для потребителей о пищевых продуктах», документ 2639-VIII.

** Суточная доза не установлена.

Питательная ценность на 100 г (g) продукта: энергетическая ценность (калорийность) – 767,97 кДж (kJ) / 182,85 ккал, жиры – 0 г (g), углеводы – 17,14 г(g), белки – 28 ,57 г (g).

Описание

Диетическая добавка **ALPHA-MELATONIN RELAX (АЛЬФА-МЕЛАТОНИН РЕЛАКС)** является дополнительным источником биологически активных веществ и L-теанина для улучшения умственного и физического самочувствия после изнурительного дня и полноценного отдыха ночью.

L-теанин представляет собой аминокислоту, которая не участвует в биосинтезе белка, но может выполнять функции сигнальной молекулы. L-теанин проникает через гематоэнцефалический барьер у млекопитающих, таким образом он способен влиять на нейроны в мозге. L-теанин является аналогом аминокислот L-глутамата и L-глутамина, при взаимодействии с соответствующими рецепторами нервных клеток он оказывает влияние на уровне серотонина, дофамина и глицина в разных частях мозга.

Научные исследования L-теанина указывают на его способность к снижению тревоги, степени эмоциональности реакций, улучшению настроения и качеству жизни. Это объясняют способностью L-теанина непосредственно увеличивать активность альфа-волн мозга. Альфа-активность связана с повышением креативности, повышением производительности во время стресса, улучшением обучения и концентрации, а также снижением тревоги. В повседневной жизни L-теанин встречается в высоких концентрациях в зеленом чае, который широко используется и ассоциируется со здоровьем человека. L-теанин также участвует в формировании тормозного нейромедиатора, гамма-аминомасляной кислоты. Продемонстрирована роль L-теанина в улучшении качества сна при нарушениях ритмов сна, расстройствах сна.

Мелисса лекарственная – это растение, которое богато биологически активными соединениями и традиционно применяется во всем мире благодаря своим эффектам на организм. Широко известна практика употребления мелиссы для улучшения состояний расстройств сна (дисония) у подростков и взрослых, при этом также уменьшаются последствия, связанные со стрессом.

Химические исследования состава мелиссы показали, что она содержит преимущественно флавоноиды (кверцетин, рамноцитрин и лютеолин), терпеноиды, фенолкарбоновые кислоты (розмариновая кислота, кофейная кислота и хлорогеновая кислота), дубильные вещества и эфирное масло.

Известно, что биологически активные соединения мелиссы обладают антиоксидантными свойствами. Антиоксиданты играют важную роль в защите от расстройств, вызванных окислительным повреждением. Производство активных форм кислорода может преодолеть антиоксидантную защиту клеток и привести к состоянию, которое называется окислительным стрессом. Особенно важно, что окислительный стресс принимает участие в возникновении и прогрессировании различных заболеваний (диабет, расстройства со стороны сердечно-сосудистой системы, расстройства со стороны центральной нервной системы и т.п.) из-за мутации ДНК, окисления белка и/или перекисного окисления липидов.

Мелатонин представляет собой вещество, которое у человека синтезируется и секретируется шишковидной железой; стимулятором секреции мелатонина является уменьшение степени освещения и наступления темноты. Нормальная секреция мелатонина угнетается даже относительно тусклым светом, когда зрачки расширены. Считается, что это основная причина, по которой длительное использование таких устройств, как ноутбуки и смартфоны перед сном, может оказать негативное влияние на секрецию мелатонина, циркадные ритмы и сон. Прием мелатонина сокращает время, необходимое для засыпания, позволяет легче пережить джетлаг (нарушение суточного ритма вследствие смены часовых поясов). Циркадные ритмы, составляющей которых секреция мелатонина, способствуют поддержанию общего здоровья, нормальной функции иммунной, репродуктивной, нервной систем организма.

Показания

Диетическая добавка **ALPHA-MELATONIN RELAX (АЛЬФА-МЕЛАТОНИН РЕЛАКС)** рекомендуется как дополнительный источник мелатонина и биологически активных веществ для обеспечения нормальной функции нервной системы и улучшения сна.

Применение диетической добавки может быть рекомендовано также для защиты клеток организма от окислительного стресса, уменьшения воспаления и восстановления работоспособности.

Диетическая добавка **ALPHA-MELATONIN RELAX (АЛЬФА-МЕЛАТОНИН РЕЛАКС)** может использоваться в рационах диетического питания, рекомендованных врачом, как дополнительный источник мелатонина и L-теанина.

Мелатонин способствует:

- смягчению специфических ощущений при смене часовых поясов;
- сокращению времени, необходимого для засыпания.

L-теанин:

- способствует релаксации;
- поддерживает в стрессовых ситуациях.

Способ применения

Взрослым по 1-2 таблетки в сутки за 30-60 мин (min) перед сном, запивая большим количеством воды. Другое количество согласовывать с врачом. Таблетки нужно проглатывать целиком. Перед применением необходима консультация врача.

Рекомендуемая продолжительность потребления: 2-4 недели. В дальнейшем возможность повторения курса применения следует согласовывать с лечащим врачом.

Предостережение

Не является лекарственным средством.

Не превышать указанное количество (порцию) для ежедневного потребления. Не рекомендуется лицам с повышенной чувствительностью к компонентам продукта. Учитывая, что диетическая добавка вызывает сонливость, в течение 5 ч (h) после потребления продукта следует воздержаться от управления транспортными средствами и выполнения других работ, требующих концентрации внимания. Диетические добавки не следует использовать в качестве замены полноценного рациона питания. Диетические добавки не заменяют здоровый образ жизни. Хранить в недоступном для детей месте.

Условия хранения

Хранить в оригинальной упаковке при температуре не выше 25°C.

Хранить в защищенном от влаги месте.

Не использовать после истечения срока годности, указанного на упаковке.

Форма выпуска

По 10 таблеток, покрытых пленочной оболочкой, в блистере. По 3 блистера в картонной коробке.

Масса нетто: 10,5 г (g) □.

Производитель

Наименование и местонахождение производителя

ТАКТУС НУТРОСАЙЕНС ЛЛП

63/3, 63/4, 63/5, 63/6, 64 Шри Харикрупа Индастриал Парк, Кольцевая дорога Хатиджан Лалгеби до кольцевой дороги Рамол, Ватва, Фейз-IV, Хатиджан, Ахмедабад, Гуджарат-382445, Индия.

Наименование и местонахождение импортера

ТОВ «АТИС ФАРМА»

03022, г. Киев, ул. Казачья, дом. 122, оф. 100.