

Link do produktu: <https://herbalekadonis.pl/osavi-ziolowe-wsparcie-snu-60-kapsulek-p-2754.html>



OSAVI ZIOŁOWE WSPARCIE SNU 60 KAPSUŁEK

Cena	30,98 zł
Dostępność	Dostępny
Numer katalogowy	0011415
Kod EAN	5904139922453

Opis produktu

ZIOŁOWE WSPARCIE SNU 60 KAPSUŁEK OSAVI

Suplement diety w postaci kapsułki twardej zawierającej wyselekcjonowane **ekstrakty z męczennicy, melisy i chmielu**, które pomagają się zrelaksować i utrzymać zdrowy sen.

Męczennica pomaga utrzymać zdrowy sen. Przyczynia się do optymalnego relaksu. Wspiera w okresach umysłowego i nerwowego napięcia i lęku.

Melisa pomaga zrelaksować się, a także pomaga zasnąć i utrzymać zdrowy sen. Przyczynia się do spokojnego odpoczynku.

Chmiel ma właściwości relaksacyjne i usypiające. Przynosi ukojenie w stanach napięcia nerwowego. Przeciwdziała uczuciu zmęczenia w czasie okresów bezsenności

Co wyróżnia kapsułki Ziołowe Wsparcie Snu?

Zawiera wyselekcjonowane **ekstrakty roślinne** dla wsparcia naturalnego snu.

Zawiera standaryzowany ekstrakt z ziela **męczennicy**, standaryzowany ekstrakt z liści **melisy** i

standaryzowany ekstrakt z szyszek **chmielu**.

Każdy ekstrakt posiada określony **DER** (ilość surowca użyta do przygotowania ekstraktu).

Odpowiednie dla wegetarian i wegan.

Odpowiednie dla wegetarian i wegan. Opakowanie wykonane z **BioPET** (30% tworzywa pochodzi z trzciny cukrowej).

Wypoczęty każdego poranka? Jeśli potrzebujesz poprawić jakość swojego snu i budzić się ze spokojną głową sięgnij po zioła, które wspierają **zdrowy sen**. Jednym z ważniejszych elementów potrzebnych dla zaśnięcia jest zmniejszenie pobudzenia organizmu, a więc **relaks** i wyciszenie się po dniu pełnym stresu i napięć.

Sen odgrywa kluczową rolę w zachowaniu zdrowia, a jego podstawową funkcją jest **regeneracja** organizmu. Każdy człowiek przesypia około jednej trzeciej swojego życia a w swoim rytmie dobowym dobrze jest przeznaczyć min. 6-7 h na sen. Żeby **dobrze spać i dobrze zasypiać** warto ustalić stałe pory zasypiania i budzenia się każdego dnia, unikać niebieskiego światła w godzinach wieczornych i utrzymywać optymalną temperaturę w sypialni na poziomie 18-19 °C. Co jeszcze wpływa na jakość naszego spania? Pomóc może rezygnacja z ciężkostrawnych, obfitych posiłków i intensywnej aktywności fizycznej przed snem. Na co dzień warto stosować nieprzetworzoną dietę bogatą w warzywa i owoce, pełnowartościowe białko, węglowodany złożone i nienasycone kwasy tłuszczowe, regularnie uprawiać umiarkowaną aktywność fizyczną, a także nauczyć się redukować napięcie i stres, którego doświadczamy w ciągu dnia.

Warto dbać o **dobry sen**, skutki jego niedoboru mogą utrudniać dobre funkcjonowanie na co dzień ale też i mieć wpływ na cały organizm. Niedobór snu powoduje osłabienie, bóle głowy, zmęczenie, senność w ciągu dnia, obniżenie koncentracji, spadek motywacji, a nawet pogorszenie funkcji układu odpornościowego. Ponadto sen wpływa na hormony regulujące łaknienie, a jego niedobór może skutkować zwiększonym apetytem i chęcią podjadania. Zaburzenia snu mogą wynikać ze stresu, chorób, przyjmowanych leków, ale najczęściej są skutkiem niewłaściwej higieny związanej ze snem i niedostatecznego relaksu przed zaśnięciem.

Chcąc dodatkowo wesprzeć sen, proponujemy Ci **najlepiej dobrane ekstrakty roślinne** w jednej kapsułce. Jednym ze składników jest **męczennica** (ekstrakt z ziela męczennicy *Passiflora incarnata*), która pomaga utrzymać zdrowy sen, a także przyczynia się do optymalnego relaksu. Oprócz tego wspiera w okresach umysłowego i nerwowego napięcia i lęku.

Melisa (ekstrakt z liści melisy *Melissa officinalis*) pomaga zrelaksować się, zasnąć i utrzymać zdrowy sen. Przyczynia się do spokojnego odpoczynku.

Z kolei **chmiel** (ekstrakt z szyszek chmielu *Humulus lupulus*) ma właściwości relaksacyjne i usypiające. Przynosi ukojenie w stanach napięcia nerwowego i przeciwdziała uczuciu zmęczenia w czasie okresów bezsenności.

Ziołowe Wsparcie Snu to kompleksowe ziołowe wsparcie dla relaksacji, zasypiania oraz Twojego naturalnego zdrowego snu.

Zalecana dzienna porcja

1 kapsułka

Sposób użycia

Połknij kapsułkę popijając wodą. Sugerujemy przyjmować 1 godzinę przed snem.

Składniki

Ekstrakt z ziela męczennicy (*Passiflora incarnata*), ekstrakt z szyszek chmielu (*Humulus lupulus*), otoczka (hydroksypropylometyloceluloza), ekstrakt z liści melisy (*Melissa officinalis*), inulina.

Ostrzeżenia i sposób przechowywania

Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji. Nie zaleca się stosowania u dzieci, kobiet w ciąży i karmiących. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Dla utrzymania prawidłowego stanu zdrowia należy stosować zróżnicowaną dietę i prowadzić zdrowy tryb życia. Przechowywać w ciemnym i suchym miejscu w temperaturze pokojowej, w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Zawiera

Zawiera w porcji

1 kapsułka

(%RWS)

Ekstrakt z ziela męczennicy cielistej (*Passiflora incarnata*), DER 6:1, standaryzowany na

250 mg

-

min. 3,5% witeksyn

8,75 mg

-

Ekstrakt z szyszek chmielu zwyczajnego (*Humulus lupulus*), DER 5:1, standaryzowany na

100 mg

-

min. 0,5% flawonoidów (wyrażonych jako rutyna)

0,5 mg

-

Ekstrakt z liści melisy lekarskiej (*Melissa officinalis*), DER 4:1, standaryzowany na

80 mg

-

min. 2% kwasu rozmarynowego

1,6 mg

-

Wartość odżywcza

Wartość odżywcza

1 kapsułka

100 g

Wartość energetyczna

8 kJ / 2 kcal

1428 kJ / 339 kcal

Tłuszcz

0 g

0,7 g

w tym kwasy tłuszczowe nasycone

0 g

0,1 g

w tym kwasy tłuszczowe nienasycon

0 g

0,6 g

Węglowodany

0 g

67g

w tym cukry

0,4 g

17 g

w tym alkohole wielowodorotlenowe

0,1 g

0 g

w tym skrobia

0 g

0 g

Błonnik

0,1 g

22 g

Białko

0 g

5,5 g

Sól

0 g

0,14 g