



HEALTHY DOSE Healthy Dose kapsułki Deprosen melatonina + melisa + ashwagandha + chmiel + męczennica 60 kapsułek

Nr katalogowy: KA-01

Kod EAN: 5905143807125

Producent: MPE ACTIV

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

39,50 PLN

Opis produktu

Nasze kapsułki na sen to innowacyjny produkt, który pomoże Ci zrelaksować się i zapewnić zdrowy sen. Nasza formuła oparta jest na naturalnych składnikach, takich jak melatonina, ekstrakt męczennicy 4:1, ekstrakt szyszki chmielu 4:1, ekstrakt melisy 4:1 i ekstrakt ashwagandy 4:1, które pomagają regulować cykl snu i zapewnić lepszy sen.

Składniki: ekstrakt z melisy zwyczajnej DER 4:1, ekstrakt z szyszek chmielu zwyczajnego DER 4:1, ekstrakt z męczennicy cielistej DER 4:1, ekstrakt z ashwagandhy DER 4:1, melatonina, wegańska otoczka kapsułki: hydroksypropylometyloceluloza

Składniki aktywne w 1 kapsułce:

- **melatonina** 1,5 mg
- ekstrakt z **melisy** 110 mg
- ekstrakt z **szyszek chmielu** 130 mg
- ekstrakt z **męczennicy** 150 mg
- ekstrakt z **ashwagandhy** 50 mg

Zalecane dzienne spożycie: 1 kapsułka

Ashwagandha to zioło, które jest powszechnie stosowane w ajurwedyjskiej medycynie, ale zyskuje też popularność w zachodniej medycynie naturalnej. Zioło to pochodzi z Indii i jest znane również jako "indyjski żeń-szeń". Ashwagandha posiada wiele korzyści zdrowotnych i jest stosowana jako adaptogen, czyli substancja, która pomaga organizmowi radzić sobie ze stresem i regulować poziom hormonów stresowych, takich jak kortyzol. Ashwagandha może również pomóc w łagodzeniu objawów depresji i lęku oraz poprawić jakość snu.

Melatonina to hormon, który jest naturalnie produkowany przez organizm i pomaga regulować cykl snu i czuwania. W ciele ludzkim melatonina jest wytwarzana przez szyszynkę (epifizę) w reakcji na zmiany w oświetleniu. Produkcja melatoniny wzrasta w ciemnościach i spada w świetle. Melatonina jest również dostępna w postaci suplementów diety i jest stosowana w celu poprawy jakości snu, zwłaszcza u osób z zaburzeniami snu, takimi jak bezsenność, zmiana strefy czasowej, lub pracujących na zmiany nocne. Suplementacja melatoniny może również być pomocna w łagodzeniu objawów związanych ze zmianami sezonowymi, takimi jak depresja sezonowa. Melatonina jest skuteczna w poprawie jakości snu, ponieważ pomaga regulować cykl snu i czuwania organizmu. Jednak, jak każdy suplement diety, może mieć skutki uboczne i wpływać na interakcje z innymi lekami. Dlatego przed rozpoczęciem stosowania melatoniny, zawsze warto skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą, aby upewnić się, że jest to bezpieczne i odpowiednie dla Twojego zdrowia.

Melisa, znana również jako melisa lekarska, to zioło o działaniu uspokajającym i rozluźniającym, które jest wykorzystywane w tradycyjnej medycynie naturalnej od wieków. Roślina ta pochodzi z basenu Morza Śródziemnego i jest uprawiana na całym świecie jako roślina ozdobna i ziołowa. Melisa jest stosowana jako naturalny środek uspokajający, który pomaga łagodzić stres, nerwowość i lęki. Zioło to zawiera kwas rozmarynowy, który ma działanie przeciwzapalne i antyoksydacyjne, a także kwas chlorogenowy, który może wpływać na poprawę nastroju i funkcji poznawczych. Melisa jest również stosowana jako środek na problemy żołądkowe, takie jak wzdęcia, bóle brzucha i niestrawność. Roślina ta działa łagodząco na mięśnie jelit i przyspiesza trawienie.

Chmiel to zioło, które jest znane przede wszystkim z jego wykorzystania w procesie produkcji piwa. Jednak, chmiel jest również stosowany w medycynie naturalnej ze względu na swoje właściwości uspokajające. Chmiel zawiera kwas humulonowy i lupulonowy, które wykazują właściwości przeciwbakteryjne i przeciwzapalne. Ponadto, chmiel zawiera związki o nazwie humulony, które działają na układ nerwowy i pomagają zmniejszyć poziom stresu i niepokoju. Chmiel jest stosowany jako naturalny środek na problemy związane ze snem, takie jak bezsenność i zaburzenia snu. Zioło to pomaga zrelaksować ciało i umysł oraz łagodzić napięcie mięśniowe, co może pomóc w uzyskaniu lepszego snu.

Męczennica (*Passiflora*) to roślina z rodziny męczennicowatych, która występuje w Ameryce Południowej, Środkowej i Północnej. Roślina ta jest ceniona ze względu na swoje właściwości uspokajające. Męczennica zawiera związki, takie jak flawonoidy i alkaloidy, które pomagają zmniejszyć poziom stresu i niepokoju oraz poprawić nastrój. Ponadto, męczennica działa na układ nerwowy, pomagając zrelaksować mięśnie i zmniejszyć napięcie. Męczennica jest stosowana jako naturalny środek na problemy ze snem, takie jak bezsenność i zaburzenia snu. Roślina ta pomaga zrelaksować ciało i umysł, co może pomóc w uzyskaniu lepszego snu.