

ULOTKA SUPLEMENTU DIETY

PREWENIT® 4 FAZY SNU

tabletki o przedłużonym uwalnianiu

Ulotka informacyjna dla konsumenta

PREWENIT® 4 FAZY SNU to suplement diety, który zawiera w swoim składzie melatoninę, kwas γ -aminomasłowy (GABA) oraz witaminy: B₁ (tiamina), B₆ i B₁₂ dla uzupełnienia codziennej diety.

SKŁADNIKI SUPLEMENTU DIETY PREWENIT® 4 FAZY SNU

Składniki odżywcze	Zawartość w 1 tabletkce	% RWS*
Melatonina	1,0 mg	-
Kwas γ -aminomasłowy (GABA)	25,0 mg	-
Witamina B ₁ (tiamina)	1,1 mg	100%
Witamina B ₆	5,0 mg	357%
Witamina B ₁₂	100,0 μ g	4000%

* % RWS - % realizacji w stosunku do referencyjnej wartości spożycia

ZASTOSOWANIE SUPLEMENTU DIETY PREWENIT® 4 FAZY SNU

- dla osób dorosłych mających trudności w zasypianiu, odczuwających niepokój i napięcie nerwowe,
- dla osób wybudzających się często ze snu,
- w czasie podróży ze zmianą strefy czasowej,
- dla osób pracujących w systemie zmianowym,
- dla zachowania architektury snu*.

*Architektura snu związana jest z fazami snu:

- snem bez szybkich ruchów gałek ocznych (non-rapid eye movement, NREM) obejmującym 3 fazy: zasypianie, sen płytki, sen głęboki

- snem z szybkimi ruchami gałek ocznych (rapid eye movement, REM)

Fazy te występują po sobie naprzemiennie tworząc tzw. cykle snu. Po każdym takim cyklu następuje krótkotrwałe wybudzenie. Zwykle w trakcie nocy przechodzi się od 6 do 8 takich cykli i jest to liczba niezbędna do prawidłowego wypoczynku. Mówi się wtedy o prawidłowej architekturze snu, która obok jego odpowiedniej długości jest niezwykle istotna do spełnienia fizjologicznej funkcji¹.

SZCZEGÓLWE WŁAŚCIWOŚCI SKŁADNIKÓW SUPLEMENTU DIETY PREWENIT® 4 FAZY SNU

Melatonina – pomaga w skróceniu czasu potrzebnego na zaśnięcie

Kwas γ -aminomasłowy (GABA) – organiczny związek chemiczny z grupy aminokwasów, który w organizmie pełni funkcję głównego neuroprzekaźnika.

Tiamina (witamina B₁) – pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego oraz utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych

ULOTKA SUPLEMENTU DIETY

PREWENIT® 4 FAZY SNU

tabletki o przedłużonym uwalnianiu

Witamina B₆ – pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego, utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych oraz zmniejszeniu uczucia zmęczenia i znużenia.

Witamina B₁₂ pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.

TECHNOLOGIA PRZEDŁUŻONEGO UWALNIANIA SUPLEMENTU DIETY

PREWENIT® 4 FAZY SNU

Zastosowanie technologii przedłużonego uwalniania umożliwia równomierne i kontrolowane uwalnianie melatoniny, kwasu γ -aminomasłowego (GABA), witamin: B₁, B₆, B₁₂, co optymalizuje ich absorpcję i wydłuża czas obecności w krwiobiegu, dzięki czemu następuje stopniowe wykorzystanie składników.

SPOSÓB UŻYCIA SUPLEMENTU DIETY PREWENIT® 4 FAZY SNU

Zaleca się spożywać 1 tabletkę dziennie 30 minut przed snem. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Korzystne działanie produktu występuje przy spożyciu zalecanej dziennej porcji – 1 tabletki dziennie.

PRODUCENT

BIOFARM® Sp. z o. o., ul. Wałbrzyska 13, 60 – 198 Poznań, Polska

¹Iwona Napierala: „Fizjologia i architektura snu”, *Świat farmacji* 2015;6:22-24.