

# Sleep·Matrix Melatonin

Convient aux végétaliens

Sans OGM

Sans gluten

Sans soya

Sans produits laitiers

## Chaque capsule contient

Mélatonine (N-acetyl-5-methoxytryptamine)	2mg
Mélisse citronnelle (sommité (herbe), <i>Melissa officinalis</i> ) 5% acide rosmarinique	125mg
L-théanine	100mg
Extrait de valériane (racine, <i>Valeriana officinalis</i> ) 0,8% acide valérienique	56mg
Extrait de passiflore (sommité (herbe), <i>Passiflora incarnata</i> ) 10:1, EPD 500mg	50mg
Extrait de scutellaire (sommité (herbe), <i>Scutellaria lateriflora</i> )	50mg
GABA (4-acide aminobutyrique)	50mg

\*PhytoProof® is a registered trademark of Euromed USA, Inc.

## Ingrédients non médicinaux

Cellulose microcristalline, stéarate de magnésium, maltodextrine. Capsule: hypromellose.

## Indications

Aide à accélérer le temps nécessaire pour s'endormir chez les personnes qui s'endorment lentement, et à favoriser temporairement la relaxation. Aide à augmenter la durée totale du sommeil chez les personnes souffrant de restriction du sommeil ou d'horaire altéré du sommeil (p. ex., le travail à horaires variables et le décalage horaire). Aide à rétablir le cycle veille-sommeil et à prévenir ou réduire les effets du décalage horaire (p. ex., fatigue diurne, sommeil perturbé).

## Mode d'emploi

Adultes - Prendre 1 à 2 capsules par jour ou selon l'avis d'un professionnel de soins de santé. Prendre une seule dose 30 à 60 minutes avant ou au coucher. Prendre une dose plus tôt dans la soirée au besoin. Le décalage horaire: Prendre une fois par jour au coucher, durant le voyage et à destination jusqu'à ce que l'adaptation au nouveau fuseau horaire/cycle soit établie.

## Mises en garde et avertissements

Consulter un professionnel de soins de santé avant d'utiliser ce produit si vous êtes enceinte, si vous prenez des médicaments pour le système immunitaire (immunosuppresseurs), ou si vous souffrez d'une maladie cardiovasculaire, immunitaire, d'asthme, de dépression, de diabète, de troubles persistants ou s'aggravent, ou si l'insomnie est associée avec de l'alcool ou des produits qui causent de la somnolence.

## Durée d'utilisation

Consulter un professionnel de soins de santé avant d'utiliser ce produit.

## Contre-indications

Ne pas utiliser ce produit si vous êtes enceinte ou si vous prenez de la mélatonine.

## Réactions indésirables connues

Certaines personnes pourraient ressentir des effets indésirables tels que des maux de tête, de la fatigue, ou des troubles de la vision. Évitez de conduire un véhicule motorisé, ou participez à une activité nécessitant une attention soutenue, ou si vous éprouvez des maux de tête, de la fatigue, ou des troubles de la vision.

## Rangement

Ne pas utiliser si le sceau de sécurité est cassé.