



## Melatonine is een lichaamseigen stofje

Ons lichaam maakt melatonine zelf aan, telkens als het donkerder wordt. Maar melatonine krijgen we ook binnen via voeding zoals tomaten, bananen, olijfolie, wijn, zonnebloemzaden, walnoten en amandelen.




## Vloeibare vorm van melatonine wordt reeds opgenomen via het mondslijmvlies

Bij gebruik van capsules of sliktabletten is slechts 15% van de melatonine beschikbaar voor het lichaam. In vloeibare vorm is dit meer aangezien de melatonine al via het mondslijmvlies wordt opgenomen.

## Wie geniet van de meeste voordelen?

Meladormil staat hoog aangeschreven bij mensen die een jachtig leven leiden, nachtwerk verrichten, zeer wisselende shiften draaien op het werk of frequent naar landen reizen met verschillende tijdzones.



## Makkelijk doseerbare melatonine met extra vitamine B6



2 druppels, een half uur voor het slapengaan innemen. De dagelijkse aanbevolen dosis niet overschrijden.

Samenstelling per druppel: Vitamine B6 (pyridoxine HCl) 0,27 mg (19,3% RI\*), melatonine 0,10 mg. \*RI: Referentie-inname

30 ml | CNK 3510-773 | NUT AS 912/113

Dit product is verkrijgbaar bij uw apotheek.



T. +32 (0)15 21 51 00 | [info@nutrisan.com](mailto:info@nutrisan.com)

Meer informatie: [www.nutrisan.com](http://www.nutrisan.com) | 

# Klaar om uitgerust de dag te beginnen\*



## Vloeibare melatonine met extra vitamine B6\*

\* helpt bij de vermindering van vermoeidheid



Publicatiedatum: 01/2017

Moe zijn en toch niet kunnen slapen. Het is eigen aan personen die meedraaien in stresssituaties. Hoe wordt u 'zen'?



Probeer elke dag voor uzelf een aangenaam moment vrij te maken: lekker en gezond koken, bosje bloemen op tafel, af en toe nieuwe kleren uitkiezen, een kwartiertje wandelen.



Durf "neen" zeggen, neem niet te veel hooi op uw vork. Maak eventueel serieuze plannen om ander werk te zoeken.



Zorg voor een ontspannend bedtijdritueel, ontspannende activiteiten die u best elke avond in dezelfde volgorde doet: luisteren naar zachte muziek, ontspannende lectuur doornemen, gezellig nababbelen met een huisgenoot, yoga, een warme douche, een korte avondwandeling.



Probeer bij verre reizen na aankomst rust in te plannen. Dit is van belang wanneer uw dag veel korter wordt. Als vuistregel geldt een hersteltijd van een dag per uur tijdsverschil.

# TIPS

# Meladormil

Dit natuurproduct bevat vloeibare melatonine en is daarom zeer goed opneembaar.



Meladormil bevat een fysiologisch verantwoorde hoeveelheid vitamine B6 waarbij de werking van het zenuwstelsel gezond blijft.



## Wat maakt Meladormil zo uitmuntend?

- ✓ Melatonine in vloeibare vorm, wat gemakkelijk te doseren is per druppel en goed wordt opgenomen via het mondslimvlies
- ✓ Synergetisch gehalte aan vitamine B6

## Vitamine B6

- ✓ Helpt een goede werking van het zenuwstelsel en het immuunsysteem behouden
- ✓ Draagt bij tot normale psychologische functies waaronder concentratievermogen en geheugen
- ✓ Helpt vermoeidheid verminderen

