

OSAVI ZIOŁOWE WSPARCIE SNU 60 VEGE kapsułek

Cena: 34,00 PLN



Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	60 kaps.
Postać	kaps.twarde
Producent	OLIVIT SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

Opis produktu

Właściwości 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. 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. Nasz suplement to kompleksowe ziołowe wsparcie dla relaksacji, zasypiania oraz Twojego naturalnego zdrowego snu. **Zalecane spożycie** 1 kapsułka Połknij kapsułkę popijając wodą.

Sugerujemy przyjmować 1 godzinę przed snem. **Ważne** Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji. **Składniki** Ekstrakt z ziela męczennicy (*Passiflora incarnata*), ekstrakt z szyszek chmielu (*Humulus lupulus*), otoczka (hydroksypropylometyloceluloza), ekstrakt z liści melisy (*Melissa officinalis*), inulina. **Producent** Olivit Sp. z o.o. ul. Blacharska 1161-006 Poznań