orthomol nemuri

Liebe Verwenderin und lieber Verwender von Orthomol Nemuri,
wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Nemuri entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme. Wenn Sie weitere Fragen haben, sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

83808-02

Was ist Orthomol Nemuri?
Orthomol Nemuri ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Es enthält u. a. Melatonin, Melissen-Extrakt, Hopfen-Extrakt, Glycin und L-Tryptophan.

Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich bei einer Aufnahme von 1 mg Melatonin kurz vor dem Schlafengehen ein. Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer Aufnahme von 0,5 mg Melatonin am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort ein. Vitamin B_6, Niacin und Magnesium tragen zu einer normalen psychischen Funktion und einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

Wie nehme ich Orthomol Nemuri ein?
Den Inhalt eines Beutels (= Tagesportion) in eine Tasse geben und mit ca. 100 ml heißem, nicht mehr kochendem Wasser übergießen. Unter Rühren auflösen und ca. 30-60 Minuten vor dem Schlafengehen möglichst warm genießen.

Was muss ich beachten?
- Bei der Einnahme von Arzneimitteln zur Behandlung von Depressionen (z. B. Monoaminooxidasehemmer, Serotoninwiederaufnahmehemmer) und Schlafstörungen sowie bei der Einnahme von Arzneimitteln gegen Parkinson (z. B. Levodopa) sollte Orthomol Nemuri nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden.
- Die Einnahme von Orthomol Nemuri zusammen mit Alkohol und die Einnahme vor der aktiven Teilnahme am Straßenverkehr, dem Bedienen von Maschinen oder Arbeiten ohne sicheren Halt sind nicht zu empfehlen.
- Orthomol Nemuri sollte nicht in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.
- Orthomol Nemuri enthält Kohlenhydrate, bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden. Die enthaltenen Kohlenhydrate (4,1 g pro Tagesportion) sind leicht verfügbar.
- Die empfohlene Tagesportion darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Gibt es weitere nützliche Hinweise?
Orthomol Nemuri ist lactose- und glutenfrei.

Wie lagere ich Orthomol Nemuri?
Bewahren Sie Orthomol Nemuri bevorzugt kühl und trocken auf.

In welchen Darreichungsformen ist Orthomol Nemuri erhältlich?
Heißgetränk-Granulat

Wo erhalte ich weitere Informationen?
Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

Herzlichst Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH

Herzogstraße 30
40764 Langenfeld
Telefon 02173 9059-0
info@orthomol.de
www.orthomol.de

orthomol

orthomol nemuri

Zusammensetzung
1 Tagesportion zu 10 g Heißgetränk-Granulat

	pro Tagesportion	% RM**
Vitamine		
Niacin	16 mg NE*	100
Vitamin B_6	1,4 mg	100
Mineralstoff		
Magnesium	180 mg	48
Sonstige Inhaltsstoffe		
Melatonin	1 mg	***
Melissen-Extrakt	200 mg	***
Hopfen-Extrakt	50 mg	***
Grüntee-Extrakt	200 mg	***
Theanin	70 mg	***
Glycin	3.000 mg	***
L-Tryptophan	500 mg	***

Zutaten
Maltodextrin, Glycin (30 %), Magnesiumlactat, Dextrose, L-Tryptophan (5 %), Säuerungsmittel Äpfelsäure, Melissen-Extrakt (aus *Melissa officinalis)* (1,8 %), Theanin-haltiger Grüntee-Extrakt (aus *Camelia sinensis*) (2 %), Theanin, Säuerungsmittel Citronensäure, Aroma, Hopfen-Extrakt (aus *Humulus lupulus*) (0,3 %), Nicotinamid, Süßungsmittel Acesulfam K und Sucralose, Pyridoxinhydrochlorid, Melatonin

* NE = Niacinäquivalente
** RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011
*** keine Empfehlung der EU vorhanden

Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb

Die Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH produziert als erstes Unternehmen in Deutschland ergänzende bilanzierte Diäten und Nahrungsergänzungsmittel nach diesen strengen Kriterien der Lebensmittelsicherheit.