

Liebe Kundin, lieber Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für Nachtruh forte entschieden haben. Guter Schlaf ist wohltuend und wichtig für unsere Gesundheit. Um frisch und ausgeruht den Alltag meistern zu können, ist ein erholsamer, gesunder Schlaf wichtig.

Viele Menschen schlafen nicht immer so ungestört, wie sie es sich wünschen. Aufregungen, Hektik im Alltag, Stress, Anspannungen und Gedankenkarusselle sind oft Auslöser für Schlafprobleme.

Schlafprobleme sind jedoch individuell sehr unterschiedlich.

Dem einen fällt das Einschlafen schwer, andere leiden unter einem leichten, unruhigen und nicht erholsamen Schlaf. Stark zu schaffen macht einem Großteil der Betroffenen auch ein häufiges Aufwachen in der Nacht, da sie einfach nicht zur Ruhe finden. Oftmals ist es auch eine Kombination aus allem. Die Folge: Am nächsten Morgen fühlt man sich müde, gestresst und gerädert.

Für einen erholsamen Schlaf haben wir Nachtruh forte mit der besonderen 3 Phasen-Tablette – ohne Gewöhnungseffekt – entwickelt.

3 PHASEN

Die besondere Zusammensetzung sorgt durch die Freisetzung über einen Zeitraum von bis zu 8 Stunden für einen dreifachen Effekt über die ganze Nacht

- 1 Fördert ein schnelles **Einschlafen** ¹
- 2 Unterstützt einen **erholsamen und ruhigen Schlaf** ²
- 3 Begünstigt das **Durchschlafen ohne Schlafunterbrechung** ³



Die besondere Rezeptur in der 1. Phase setzt Melatonin, Baldrian Extrakt und Vitamin B6 schnell im Körper frei.

Die in der 2. Phase enthaltenen Inhaltsstoffe aus Weißdorn Extrakt und Zitronenmelissen Extrakt beruhigen über Nacht und ermöglichen einen erholsamen, ruhigen Schlaf.

Die besondere Zusammensetzung der 3. Phase sorgt für eine langanhaltend kontrollierte, verzögerte Freisetzung von Melatonin und den Inhaltsstoffen aus Passionsblumen Extrakt von bis zu 8 Stunden.

¹ Melatonin trägt zu einer Verkürzung der Einschlafzeit bei. Baldrian und Zitronenmelisse fördern das Einschlafen.

² Baldrian trägt zur Aufrechterhaltung des Schlafs und zur Entspannung bei. Zitronenmelisse trägt zu einem ruhigen Schlaf und zur Entspannung bei. Weißdorn unterstützt einen besseren Schlaf und trägt zu einer Verringerung von Anspannung und Ruhelosigkeit bei. Passionsblume hat einen beruhigenden Effekt und unterstützt ruhigen Schlaf.

³ Baldrian und Zitronenmelisse unterstützen das Durchschlafen. Weißdorn trägt zu einem besseren Schlaf bei.

Verzehrempfehlung:

1 Tablette täglich 30 Minuten vor dem Schlafengehen mit etwas Flüssigkeit unzerkaut schlucken.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden oder eine gesunde Lebensweise ersetzen.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Nicht für Schwangere, Stillende sowie Kinder und Jugendliche geeignet. Nach Einnahme des Produktes ist die Fähigkeit zur Teilnahme am Straßenverkehr möglicherweise eingeschränkt.

Glutenfrei · Laktosefrei · Vegan

Durchschnittliche Zusammensetzung pro Tagesportion (1 Tablette):

1 Tablette		NRV*
Vitamin B6	1,4 mg	100 %
Weißdorn-Blätter und -Blüten Extrakt (3-5:1)	100 mg	**
Baldrianwurzel Extrakt (2-3:1)	100 mg	**
Passionsblumen Extrakt (1-8:1)	100 mg	**
Zitronenmelissenblätter Extrakt (3:1)	50 mg	**
Melatonin	1,0 mg	**

*NRV (Nährstoffbezugswerte) für Erwachsene nach der Lebensmittel-Informationsverordnung.

**keine Nährstoffbezugswerte vorhanden.

Bitte trocken und nicht über 25 °C lagern

Nahrungsergänzungsmittel mit Pflanzenextrakten, Vitamin B6 und Melatonin

24 Tabletten = 24,5 g

Apothekenexklusiv

M.C.M. Klosterfrau Healthcare GmbH
Doerenkampgasse 11, 1100 Wien
Tel.: +43 1 688 21 61 0
E-Mail: office@klosterfrau.at
www.klosterfrau.at

**Für Informationen zum Thema
"Besser Schlafen" - bitte scannen**



www.nachtruh.at