

GEBRAUCHSINFORMATION

easysleep® Filmtabletten zur Verkürzung der Einschlafzeit und für einen ruhigen und entspannten Schlaf

Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin, Baldrianextrakt und Hopfenextrakt

Viele Menschen sind von Schlafstörungen betroffen - bis zu einem Drittel der Bevölkerung leiden regelmäßig darunter. Mehr als 10% der Erwachsenen klagen sogar über schwere Schlafstörungen. Die Folgen von Schlafstörungen sind vielfältig, sie haben meist negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die körperliche Leistungsfähigkeit. Unbehandelt können Schlafstörungen zu erheblichen physischen und psychischen Symptomen führen. Die Ursachen dafür sind oft Nervosität und Unruhe. Daher kann ein Nahrungsergänzungsmittel, das beruhigend wirkt, die Nervosität reduziert und den Einschlafvorgang unterstützt, zur Linderung von Schlafstörungen beitragen.

Was beinhaltet eine Packung easysleep®?

Eine Packung easysleep® enthält 30 weiss-glänzende Filmtabletten.

Wie wirkt easysleep®?

easysleep® ist ein innovatives Nahrungsergänzungsmittel, das 3 spezifisch wirksame Inhaltsstoffe für die Anwendung bei Schlafstörungen enthält. easysleep® unterstützt durch diese Wirkstoffkombination bei Einschlafproblemen und und trägt zu einem entspannten und ruhigen Schlaf bei.

Melatonin ist eine körpereigene, natürliche Substanz, die den Tag-Nacht Rhythmus unseres Körpers steuert. Im Laufe des Lebens produziert der Körper immer weniger Melatonin. Dadurch kann der gewohnte Schlafrythmus gestört werden. Eine Verlängerung der

Einschlafzeit und nächtliche Aufwachperioden können die Folge sein.

Melatonin hilft, die Einschlafzeit zu verkürzen. Dies wurde vom wissenschaftlichen Komitee der Europäischen Agentur für Ernährungssicherheits (EFSA) bestätigt.

Baldrian- und Hopfenextrakt sind traditionell bekannte Pflanzenextrakte, die zu einem gesunden und natürlichen Schlaf beitragen. Zusätzlich unterstützen Baldrian und Hopfen sowohl das Einschlaf- als auch das Durchschlafverhalten. Baldrian und Hopfen helfen auch Anspannung, Unruhe und Nervosität zu reduzieren. Die aus den Wurzeln des Baldrians gewonnenen Heilstoffe beruhigen, indem sie die Bildung von Adenosin unterstützen, einem der wichtigsten beruhigenden Botenstoffe, und so die Nerven vor Überlastung schützen.

Wofür wird easysleep® angewendet?

easysleep® hilft, die Einschlafzeit zu verkürzen und unterstützt einen ruhigen und entspannten Schlaf. Zusätzlich kann easysleep® Nervosität, Anspannung und Unruhe reduzieren.

Wie ist easysleep® anzuwenden?

Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren: 1 Filmtablette ca. 30 Minuten vor dem Schlafengehen mit ausreichend Wasser einnehmen.

Die empfohlene Tagesdosis sollte nicht überschritten werden.

Bei einem Teil der Patienten tritt die erwartete Wirkung bereits nach der ersten Einnahme ein, bei manchen Patienten kann erst die mehrmalige Einnahme zum gewünschten Ergebnis führen.

Wie verträglich ist easysleep®?

easysleep® ist nebenwirkungsarm. Vorübergehend können Kopfschmerzen und leichte Magen-Darm Symptome auftreten. Es besteht keinerlei Sucht- oder Abhängigkeitsrisiko.

Es gibt keine Hinweise auf Wechselwirkungen mit

anderen Beruhigungs- und Schlafmitteln, jedoch wird empfohlen, die gleichzeitige Einnahme mit Präparaten in dieser oder ähnlicher Indikation zu vermeiden. Ein exzessiver Alkoholkonsum bei gleichzeitiger Einnahme von easysleep® wird nicht empfohlen.

Überdosierung

Die Einnahme von Baldrianwurzel in einer Dosierung von über 20 g (entspricht mehr als 10 Filmtabletten easysleep®) führte in einem Einzelfall zu folgenden Symptomen: Müdigkeit, Bauchkrämpfe, Engegefühl in der Brust, Leeregefühl im Kopf, Zittern der Hände und Erweiterung der Pupillen. Diese Beschwerden waren nach 24 Stunden wieder abgeklungen. Spezielle Maßnahmen sind nicht bekannt, die Therapie erfolgt symptomatisch.

Vorsicht: Dieses Nahrungsergänzungsmittel kann möglicher Weise in Einzelfällen die Reaktionsfähigkeit und Verkehrstüchtigkeit beeinträchtigen.

Wann darf easysleep® nicht eingenommen werden?

easysleep® sollte nicht eingenommen werden

- wenn Sie überempfindlich gegen einen der Bestandteile von easysleep® sind
- bei Kinder unter 12 Jahren
- da keine Ergebnisse über die Anwendung bei Schwangerschaft oder Stillen vorliegen, sollten Sie easysleep® in der Schwangerschaft – und Stillzeit nicht einnehmen.

Was ist in easysleep® enthalten?

Zusammensetzung pro Tablette:

Baldrian d.e. (Valeriana officinalis L., root, maltodextrins)	200mg
Hopfen d.e. (Humulus Lupulus L., flowers, maltodextrins)	200mg
Melatonin	1mg
Calcium Carbonat (maltodextrins)	362,99mg

Füllstoff: mikrokristalline Zellulose, Bindemittel: Croscarmellose sodium, Silikondioxid (nano),

Magnesiumstearat (pflanzlich), Glycerolbehenat. Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Shellac, Acetylierte Mono- und Diglyceride von Fettsäuren, mikrokristalline Zellulose, Polyvinylpyrrolidone. Färbungsmittel: Vanillin, E 171

Kein Zucker beigefügt.

Wie ist easysleep® aufzubewahren?

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. In der Originalpackung vor direktem Sonnenlicht geschützt an einem trockenen Ort, nicht über 25°C lagern.

Dieses Produkt ist bis zu dem auf der Verpackung angegebenen Datum (letzter Tag des angegebenen Monats) haltbar.

Wo ist easysleep® erhältlich?

Sie erhalten easysleep® Filmtabletten ausschließlich in Apotheken.

Ein Nahrungsergänzungsmittel darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil verwendet werden.

Packung zu 30 Stück

Hersteller:

S.I.I.T. srl, Via Ariosto 50/60, 20090 Trezzano sul Naviglio, Milano, Italia
unter der Lizenz von The Ceutics Company

Vertrieb:

Easypharm GmbH & Co KG
Perlhofgasse 2/2, A-2372 Gießhübl, Österreich

Weitere Informationen finden Sie auch auf:

www.easysleep.co.at
www.easypharm.at

Stand der Information 01/2015