NACHTRUH
INTENS IMMUN

Liebe Kundin, lieber Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für **Nachtruh intens immun** entschieden haben.

Guter Schlaf ist wohltuend und wichtig für unsere Gesundheit. Um frisch und ausgeruht den Alltag meistern zu können, sind Entspannung und ein ruhiger Schlaf unentbehrlich. Ausreichend Schlaf ist ebenfalls für unser Immunsystem essenziell. Im Ruhezustand arbeitet das Immunsystem am effektivsten, da es sich voll und ganz auf die Abwehr von Krankheitserregern konzentrieren kann.

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 haben einen leichten, unruhigen und nicht erholsamen Schlaf. Ein Großteil der Betroffenen wacht häufig in der Nacht auf, 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. Halten die Probleme länger an, kann sich der Schlafmangel langfristig negativ auf das Immunsystem auswirken und die Anfälligkeit für Krankheiten steigt.

Für einen erholsamen Schlaf und die gezielte Stärkung des Immunsystems haben wir **Nachtruh intens immun** mit der besonderen 3-Phasen-Tablette und der Kombination aus Pflanzenextrakten, 1,9 mg Melatonin und verschiedenen Vitaminen und Mineralstoffen entwickelt. Ohne Gewöhnungseffekt!

3
PHASEN

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

1 Schneller **Einschlafen** [1]

2 Ermöglicht **Durchschlafen** [2]

3 Unterstützt **das Immunsystem über Nacht** [3]

Die besondere Tablette löst sich zeitversetzt in 3 Phasen auf:



Sofort-Phase
Die Sofort-Phase mit Melatonin und Ashwagandha löst sich schnell auf.

Depot-Phase
Die Depot-Phase mit Melatonin und Baldrian-Extrakt löst sich langanhaltend, kontrolliert und verzögert auf, bis zu 8 Stunden.

Chrono-Phase
Die Chrono-Phase mit Vitamin C und Vitamin D, Zink und Selen löst sich kontinuierlich auf.

---

1 Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Der positive Effekt von Melatonin stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin eingenommen wird. Ashwagandha unterstützt das Einschlafen.

2 Baldrian unterstützt das Durchschlafen.

3 Vitamin C und Vitamin D, Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems 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.
Auf den Verzehr weiterer zink- und selenhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.
Menschen, die chronische Erkrankungen, z.B. Leber-, Nieren- oder eine Autoimmunkrankheit haben, das Produkt langfristig oder andere Schlaf- und Beruhigungsmittel einnehmen oder ein erhöhtes Typ-2-Diabetes-Risiko haben, sollten vor der Einnahme ihren Arzt fragen. Nicht für Schwangere und Stillende sowie Kinder und Jugendliche. Nach der Einnahme von Melatonin ist von der Teilnahme am Straßenverkehr abzuraten.

Wie bei Einnahme aller Produkte kann es auch bei Einnahme von **Nachtruh intens immun** bei empfindlichen Personen zu Unverträglichkeitsreaktionen wie z.B. Magen-Darm-Beschwerden kommen. Bitte nehmen Sie das Produkt in diesem Fall nicht weiter ein.

Glutenfrei und laktosefrei.

Zutaten:
Füllstoffe (Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose, Calciumphosphate, Hydroxypropylcellulose), Baldrianwurzel-Extrakt (5-6:1), Ashwagandhawurzel-Extrakt (10-15:1), L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Siliciumdioxid, vernetzte Carboxymethylcellulose), Echinacea-Presssaftpulver, Maltodextrin, Farbstoff Eisenoxide und Eisenhydroxide, Zinkoxid, Überzugsmittel (Ethylcellulose, Polyethylenglycol), Melatonin, Natriumselenat, Cholecalciferol (Vitamin D3).

Durchschnittliche Zusammensetzung pro Tagesportion (1 Tablette):

1 Tablette		NRV*
Ashwagandhawurzel-Extrakt	120 mg	**
Baldrianwurzel-Extrakt	270 mg	**
Echinacea-Presssaftpulver	44 mg	**
Melatonin	1,9 mg	**
Selen	100 µg	182 %
Vitamin C	80 mg	100 %
Vitamin D	25 µg	500 %
Zink	7,5 mg	75 %

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

Bitte trocken und nicht über 25 °C lagern

Nahrungsergänzungsmittel mit Pflanzenextrakten, Melatonin, Vitamin C und D, Zink und Selen

Erhältliche Packungsgrößen:
20 Tabletten = 23,0 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

26002536 02P1224