

Melatonin 1mg

–bidrar til å redusere innsovningstiden



Kosttilskudd

Kapsel

- ✓ Bidrar til redusert innsovningstid
- ✓ Bidrar til å regulere døgnrytmen

Dosering: For gunstig virkning ta 1 kapsel før leggetid. Ved jet-lag: ta første kapsel før leggetid første reisedag og noen dager etter ankomst.

Melatonin 1mg

–bidrar til å redusere innsovningstiden



Kosttilskudd



◀ Les mer om Melatonin her

Målgruppe:

Voksne over 18 år

Kundefordel:

Bidrar til å redusere innsovningstiden og regulere døgnrytmen

Dosering:

For gunstig virkning ta 1 kapsel før leggetid. Ved jet-lag: ta første kapsel før leggetid første reisedag og noen dager etter ankomst.

Anbefales sammen med:

Gode råd om søvnhygiene. Kan tas sammen med søvnrelaterte reseptfrie legemidler vurdert i samråd med lege eller farmasøyt.

Melatonin:

For gunstig virkning; 1 mg før leggetid, og ved jet-lag minst 0,5 mg ved leggetid første reisedag og noen dager etter ankomst. Anbefales ikke til barn og unge under 18 år. Ikke for gravide eller ammende. Ved bruk sammen med blodfortynnende legemidler anbefales det å kontakte lege. Anbefalt døgndose (1 mg) bør ikke overskrides. Kosttilskuddet bør ikke brukes som erstatning for en variert kost. Oppbevares utilgjengelig for barn.