

# Valetonina®

## LONG SIRC



### Συμπλήρωμα διατροφής με βάση τη ρίζα βαλεριάνας και τη μελατονίνη – 60 δισκία παρατεταμένης αποδέσμευσης

Το **VALETONINA® LONG SIRC** είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής με μελατονίνη και ρίζα βαλεριάνας, ουσίες οι οποίες είναι γνωστό εδώ και πολλά χρόνια ότι συμβάλλουν θετικά στον ύπνο.

Το **VALETONINA® LONG SIRC** σχεδιάστηκε με μια καινοτόμο σύνθεση, η οποία επιτρέπει την απελευθέρωση των δύο συστατικών του σε δύο διαφορετικούς χρόνους, εξασφαλίζοντας έτσι διπλή και παρατεταμένη δράση.

Μάλιστα, τα δισκία **VALETONINA® LONG SIRC** διαθέτουν επικάλυψη που διαλύεται γρήγορα, η οποία περιέχει τη Μελατονίνη, ουσία που συμβάλλει στη μείωση του χρόνου που χρειάζεστε για να αποκοιμηθείτε. Αντίθετα, ο πυρήνας του δισκίου αποτελείται από Βαλεριάνα, η απελευθέρωση της οποίας πραγματοποιείται σε δεύτερο χρόνο, ευνοώντας την χαλάρωση και, επομένως, συμβάλλοντας στην επίτευξη παρατεταμένου ύπνου κατά τη διάρκεια της νύχτας.

Η **μελατονίνη** (N-ακετυλο-5-υδροξυτριπταμίνη) είναι μια ορμόνη που εκκρίνεται κυρίως από έναν αδέν, ο οποίος βρίσκεται στη βάση του ανθρώπινου εγκεφάλου: την επίφυση. Έτσι λοιπόν, πρόκειται για μια ουσία που υπάρχει φυσιολογικά στον οργανισμό μας, η βιοσύνθεση της οποίας ξεκινά από την τριπτοφάνη, ένα αμινοξύ που περιέχεται και σε πολλά τρόφιμα, μέσω της δράσης ενός ενζύμου (της N-ακετυλο-τρανσφεράσης), η δραστηριότητα του οποίου αυξάνεται με την απουσία φωτός. Ουσιαστικά, ο κύριος παράγοντας που ρυθμίζει την παραγωγή και την έκκριση μελατονίνης είναι το ίδιο το φως, το οποίο, ενεργώντας μέσω της οδού αμφιβληστροειδούς-υποθαλάμου, αναστέλλει τη σύνθεσή της. Η μελατονίνη διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στη φυσιολογία του ύπνου και στη ρύθμιση κύκλου ύπνου-αφύπνισης. Η λήψη της λίγο πριν την κατάκλιση βοηθά την έναρξη του ύπνου. Επίσης, βοηθά στη μείωση των συμπτωμάτων του «jet lag» ή αλλιώς συνδρόμου ζώνης ώρας, όταν λαμβάνεται λίγο πριν την κατάκλιση την πρώτη ημέρα του ταξιδιού και για μερικές μέρες μετά από την άφιξη στον προορισμό.

### Η ΜΕΛΑΤΟΝΙΝΗ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΟΥ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟΥ ΥΠΝΟΥ, ΩΣΤΕ ΝΑ ΕΙΜΑΣΤΕ ΣΕ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΕΓΓΡΗΓΟΡΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ.

Επιπλέον, το **VALETONINA® LONG SIRC** περιέχει ξηρό εκχύλισμα ρίζας Βαλεριάνας, φυτού με καθολικά αναγνωρισμένες χαλαρωτικές ιδιότητες, οι οποίες αποδίδονται κυρίως στην ύπαρξη ουσιών, όπως το βαλερενικό οξύ. Με αυτό τον τρόπο, η βαλεριάνα συμβάλλει στη μείωση των καταστάσεων έντασης και ταραχής και ως εκ τούτου ευνοεί το γαλήνιο ύπνο.

#### ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Το **VALETONINA® LONG SIRC** είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής με βάση τη ρίζα Βαλεριάνας, ενός φυτού με ωφέλιμες ιδιότητες για την ξεκούραση και τον ύπνο σε περίπτωση στρες και τη μελατονίνη, ουσία που χρησιμεύει στη μείωση του χρόνου που απαιτείται για την επίτευξη του ύπνου. Η ωφέλιμη επίδραση επιτυγχάνεται με τη λήψη, λίγο πριν την κατάκλιση, 1 mg μελατονίνης.

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

Λαμβάνετε 1 δισκίο ημερησίως, κατά προτίμηση μισή ώρα πριν την κατάκλιση.

### ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

**VALETONINA® LONG SIRCS:** συσκευασία με 60 δισκία παρατεταμένης αποδέσμευσης.

Μέση περιεκτικότητα	Ανά 100 γρ.	Ανά δισκίο
Βαλεριάνα [εκχύλισμα]	33,3 γρ.	100mg
(εκ του οποίου βαλερενικά οξέα)	266,7 mg	0,8 mg
Μελατονίνη	333mg	1mg

### Συστατικά:

Διογκωτικοί παράγοντες: μικροκρυσταλλική κυτταρίνη, υδροξυπροπυλομεθυλοκυτταρίνη· Βαλεριάνα (*Valeriana officinalis* L., radici-ρίζες βαλεριανής) Ξηρό εκχύλισμα tit. 0,8% σε βαλερενικά οξέα· Συστατικά επικάλυψης: υδροξυπροπυλομεθυλοκυτταρίνη, σελάκη, τάλκης, πολυαιθυλένογλυκόλη, μονο- και δι-γλυκερίδια λιπαρών οξέων, πολυβινυλοπυρρολιδόνη· Αντισυσσωματικά: διοξειδίο του πυριτίου, στεατικό μαγνήσιο· Μελατονίνη· Χρωστική: ανθρακικό ασβέστιο.

**Δεν περιέχει γλουτένη.**

**Προϊόν κατάλληλο για vegan διατροφή.**

### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης. Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διαίτας.

**Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας.**

Διατηρείτε το προϊόν σε δροσερό και ξηρό μέρος, σε θερμοκρασία μικρότερη των 25°C. Η ημερομηνία λήξης αναφέρεται σε κατάλληλα φυλασσόμενο προϊόν, με ανέπαφη συσκευασία. Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου.



Τηλέφωνο Κέντρου Δηλητηριάσεων: 210 7793777

**Αρ. Γνωστ. ΕΟΦ: 91443/23-12-2015**

(Το προϊόν δεν υπόκειται σε διαδικασία αδειοδότησης.)

Παρασκευάζεται και συσκευάζεται στη :

Via Gran Bretagna, 1 – Gallarate (VA) για λογαριασμό της:  
Alfasigma S.p.A. - Via Ragazzi del '99, n. 5 - 40133 Bologna (BO)

Διανέμεται στην Ελλάδα από την WIN MEDICA ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Α.Ε.

Οιδίποδος 1-3 και Παράδρομος Αττικής οδού 33-35, 152 38, Χαλάνδρι, Αττική  
Τηλ.: 210 7488821

**ALFASIGMA** 

**W** WinMedica  
Serving Health for Life

Διανέμεται στην Ελλάδα από την:  
WIN MEDICA ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Α.Ε.  
Οιδίποδος 1-3 και Παράδρομος Αττικής οδού 33-35,  
152 38 Χαλάνδρι Αττική  
Τηλ. 210 7488821

45002677 50000001458 Rev 03 - I.D.G. 02/24