



褪黑素 1mg 含片

含褪黑素和甜味剂的保健品

了解详情：褪黑素是一种内源性的“睡眠激素”，在控制昼夜节律方面起着重要作用。欧洲食品安全局的独立研究人员证实，褪黑素有助于缩短入睡时间。如有需要，可以适当使用，以帮助入睡。此外，它可以帮助身体适应睡眠时间的变化，如轮班工作或长途飞行后（存在时差）带来的睡眠时间变化。接骨木柠檬味含片。

配料：木糖醇、山梨糖醇、酸化剂柠檬酸一钠、天然香料、脱模剂硬脂酸镁、二氧化硅褪黑素（0.2%）。

	每片	每 100 g片
褪黑素	1 mg	0.2 g

暂无根据 (EU) 第 1169/2011 号法规制定的营养素日常摄入量参考值。

推荐用量：

更快入睡：睡前 30 分钟左右含服一片，让其在口腔内缓慢溶解。

缓解时差带来的不适感：睡前含服一片，让其在口腔内缓慢溶解。如果在旅行的第一天以及到达目的地后的前几天睡前服用至少 0.5 毫克的褪黑素，就会看到其带来的明显效果。

过量食用可能是轻泻药。17 岁以下的儿童和青少年不适合服用。

请勿与酒一同服用。孕妇和哺乳期妇女以及正在服用其他药物的人应先咨询医师。

避光保存，在干燥且低于 25 ° C 的环境中保存。

保健品不能替代均衡多样化的饮食，以及健康的生活方式。保存在儿童接触不到的位置。不应超过推荐的日剂量。

德国制造

含 120 片 = 58 g

商品编号：208
Eti0421