



Название товара : МЕЛАТОНИНОБИО

Ингредиенты : Eau, Glycérine Végétale, Arôme naturel de Citron, Mélatonine 1 mg, Acide Citrique, Sorbate de Potassium, Benzoate de Sodium.

Инструкция по применению : 13 gouttes.

кондиционирование : 21,10 ml.

Описание

Мелатонин был обнаружен в 1958 г. Аароном Б. ЛЕРНЕРОМ. Этот гормон секретируется шишковидной железой и, согласно Декарту, является «вместилищем нашей души».

В 1981 г. Альфред ЛЕВИ доказал, что яркий свет ночью снижает уровень эндогенного **Мелатонина** у людей.

Джулиус АКСЕЛЬРОД, лауреат Нобелевской премии в области медицины, доказал, что Мелатонин (структура которого близка к структуре серотонина) и шишковидная железа оказывают влияние на цикл сна и другие циркадные ритмы.

Как правило, **Мелатонин** вырабатывается только ночью (пик выработки этого гормона приходится на период от 2 до 5 утра, т.к. его продукция ингибируется светом). Этот гормон частично управляет циркадными ритмами.

В 1990 годы ведутся многочисленные исследования, посвященные влиянию **Мелатонина** на различные физиологические процессы и на здоровье человека в целом.

Учёные научно-исследовательского института при медицинском центре здоровья Университета Макгилла (Канада), в сотрудничестве с итальянскими исследователями, установили значительное влияние мозгового рецептора MT2 на глубокий сон. Этот рецептор способствует хорошему сну, когда он активирован **Мелатонином**.

Благотворное влияние **Мелатонина** раскрыто еще не полностью, но уже доказана его ключевая роль в



регуляции биологических часов и механизмов сна.

Мелатонин – гормон сна, молодости и здоровья вырабатывается из серотонина.

Таким образом, **Мелатонин** оказывает действие:

- при нарушениях сна (ранние пробуждения, хроническая бессонница и т.д.) ;
- в период, необходимый для засыпания, особенно в случае смены часовых поясов ;
- как помощь организму в адаптации к смене времени года ;
- в качестве антиоксиданта в клеточных системах защиты, разрушая или подавляя действие некоторых свободных радикалов и элементов оксидативного стресса ;
- в качестве защиты нуклеарной и митохондриальной ДНК ;
- в качестве средства, нейтрализующего токсины ;
- как средство, уменьшающее тревожность до и после операции ;
- как средство, уменьшающее аппетит (и, возможно, в некоторых случаях ожирения) ;
- укрепляющее иммунную систему ;
- как средство, обладающее некоторыми радиозащитными свойствами (Институт военной медицины Минобороны России) ;
- в качестве регулятора артериального давления ;
- как протектор костной системы ;

Сочетание мелатонина с дневным светом позволяет уменьшить агрессивное поведение, а также, фазы тревожного возбуждения и ночных пробуждений.

МЕЛАТОНИНОБИО способствует сокращению времени засыпания и минимизирует последствия смены часовых поясов

Рекомендации : Извлекайте пользу от дневного света, гуляя ежедневно ; Сократите количество стимуляторов (кофе, чай, видеоигры и т.д.) во второй половине дня ; Соблюдайте правильный режим сна ;