

RITMOSON GOCCE

30 ml

VLOEIBAAR VOEDINGSSUPPLEMENT OP BASIS VAN MELATONINE EN GRIFFONIA NUTTIG TER BEVORDERING VAN SLAAP, HET JUISTE RITME EN DE KWALITEIT VAN SLAAP



- De formulering is ontworpen om te worden aangepast aan verschillende behoeften. Voor volwassenen en kinderen.
- Hoge kwaliteitsstandaard van componenten en vakmanschap
- Alcohol vrij
- Wilde bessen smaak



RITMOSON GOCCE is een voedingssupplement op basis van melatonine en griffonia. Melatonine is essentieel voor het reguleren van het slaap-waakritme. Indien nodig kan het worden gebruikt om de slaap te vergemakkelijken, omdat het de tijd die nodig is om in slaap te vallen, verkort. Bovendien kan het het lichaam helpen zich aan te passen aan de verschillende tijdstippen waarop men naar bed gaat, zoals bijvoorbeeld gebeurt bij ploegendiensten of na langeafstandsvluchten ("Jetlag"). Griffonia wordt vooral gewaardeerd om zijn gehalte aan 5-hydroxytryptofaan, een voorloper van serotonine ("het hormoon van geluk"), de neurotransmitter die het meest betrokken is bij de regulering van stemming, slaap en eetlust. Griffonia speelt een sleutelrol in de kwaliteit van rust, met name door de REM-fase van diepe slaap te verhogen. Als voorloper van melatonine reguleert serotonine in feite het dagelijkse ritme van het lichaam en de afwisseling tussen slapen en waken. Bovendien grijpt het in op ontspanning, mentaal welzijn en normale stemming. Dankzij deze synergie helpt RITMOSON DROPS om het juiste slaapritme te herstellen, waardoor de kwaliteit en duur ervan verbetert.

INGREDIËNTEN

water, verdikkingsmiddel: glycerol, griffonia (Griffonia simplicifolia (DC.) Baill.) zaad droog extract mees. 20% in 5-hydroxytryptofaan, verdikkingsmiddel: cellulosegom, voedingszuur: citroenzuur, conserveermiddel: kaliumsorbaat, melatonine, bosvruchtenaroma, zoetstof: sucralose.

Gemiddelde samenstelling voor maximaal aanbevolen dagelijkse dosis (10 druppels = 0,5 ml)

Griffonia d.e.	50 mg
- waarvan 5-hydroxytryptofaan	10 mg
Melatonine	1 mg

GEBRUIKSAANWIJZING

Kinderen: 5 druppels / dag. Afhankelijk van leeftijd en fysiologische respons is het mogelijk om de dosis te verhogen tot 10 druppels.

Volwassenen: 10 druppels / dag.

Neem de druppels 's avonds voor het slapengaan in. Het product kan worden ingenomen zoals het is of naar wens verdund in water of een andere vloeistof. Goed schudden voor gebruik. Bewaar op een koele, droge plaats uit de buurt van licht- en warmtebronnen. Eenmaal geopend, gekoeld bewaren en binnen 30 dagen gebruiken.

MELATONINE

Melatonine (N-acetyl-5-methoxy-tryptamine) is een natuurlijk hormoon, geproduceerd door de pijnappelklier (of epifyse, gelegen aan de basis van de hersenen), door het netvlies en door de darm, dat de functie heeft om slaap te markeren ritmes, waakzaamheid. Het wordt geproduceerd uit tryptofaan, een essentieel aminozuur dat via de voeding in het lichaam moet worden gebracht. Tryptofaan wordt omgezet in serotonine, door hydroxylering en decarboxylering, en dit kan op zijn beurt worden omgezet in melatonine. De productie ervan wordt gereguleerd door de licht-donker cyclus: het wordt geproduceerd wanneer het donker wordt en de niveaus zijn maximaal rond de 2-4 's nachts, wanneer het dan begint af te nemen. Als mensen in het licht worden gehouden, neemt de productie af. Het niveau van melatonine neemt echter van nature af vanaf de leeftijd van 40 jaar. Melatonine helpt bij het reguleren van de slaap-waakcyclus, maar kan ook worden gebruikt om de slaap te vergemakkelijken, omdat, zoals bevestigd door onafhankelijke onderzoekers van de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid (EFSA), het helpt om de tijd om in slaap te vallen te verkorten, waardoor de totale slaaptijd en nachtelijk ontwaken verminderen. Bovendien kan het het lichaam helpen zich aan te passen aan de verschillende tijdstippen waarop men naar bed gaat, zoals bijvoorbeeld gebeurt bij ploegendiensten of na langeafstandsvluchten ("Jetlag"). Melatonine lijkt effectief te zijn bij het beheersen van primaire slapeloosheid bij ouderen, die gepaard gaat met neurologische aandoeningen en neurodegeneratieve ziekten (autisme, aandachtstekort, hyperactiviteitsstoornis, de ziekte van Parkinson, de ziekte van Huntington en de ziekte van Alzheimer), hypertensieve patiënten die worden behandeld met bètablokkers en REM-slaapgedrag aandoeningen. Bovendien is aangetoond dat melatonine een krachtig direct breed spectrum antioxidant effect heeft en werkt als een indirecte antioxidant door antioxidantenzymen te verhogen.

GRIFFONIA

Griffonia, of Afrikaanse boon, is een waardevolle bondgenoot voor mensen die moeite hebben met slapen en in slaap vallen. In feite zijn de eigenschappen van Griffonia voornamelijk toe te schrijven aan de heilzame werking die op het niveau van serotonine, de neurotransmitter van een goed humeur (ook betrokken bij het mechanisme van remming van honger), die wordt gesynthetiseerd uitgaande van tryptofaan, een essentieel aminozuur dat het lichaam niet zelfstandig kan produceren. Griffonia-zaden zijn van nature rijk aan 5-hydroxytryptofaan (5-HTP), een tussenstap in het synthese proces van serotonine, dat op zijn beurt een voorloper is van melatonine. 5-HTP kan de bloed-hersenbarrière passeren en zodra het het centrale zenuwstelsel bereikt, kan het worden omgezet in serotonine, waardoor de beschikbare hoeveelheden toenemen. Naast 5-HTP, Griffonia-zaden bevatten ook andere indoolstoffen, zoals indol-3-acetylasparaginezuur en 5-hydroxy-3-indolazijnzuur (of 5-HIAA). Griffonia helpt om:

- **Gemoedstoestand reguleren:** gezien zijn vermogen om op serotonineniveaus in te werken, kan Griffonia voordelen voor de stemming opleveren, het mentale welzijn verbeteren en gunstige effecten op de stemming bieden. Werkt als een natuurlijk antidepressivum bij milde tot matige vormen van depressie en bij seizoensgebonden depressies.
- **Controle eetlust:** Griffonia is ook nuttig gebleken voor het beheersen van nerveuze honger, die vaak een onstuitbaar verlangen naar voedsel veroorzaakt als reactie op stressvolle gebeurtenissen, met name koolhydraten en eenvoudige suikers. In feite grijpt serotonine in door de eetlust en het eetgedrag te beheersen, wat een lagere inname van koolhydraten bevordert.
- **Slaap bevorderen:** de 5-HTP in Griffonia, als voorloper van serotonine, op zijn beurt een voorloper van melatonine, helpt de slaap-waakcyclus te reguleren, waardoor de kwaliteit van de rust verbetert.



CODE EAN

QTY



8 053470 361111

30 ml

nutridag

P.O. Box 96
6640 AB Beuningen
www.nutridag.com