

Melatonin B₁₂ 60 Tabletten



Melatonin B₁₂ – Schneller einschlafen¹ und für die Nerven³

Mit Melatonin B₁₂ kann der Schlaf kommen¹

- ✓ Melatonin für eine verkürzte Einschlafzeit¹ & zur Linderung des Jetlags²
- ✓ Vitamin B₁₂ zur Unterstützung von Nerven, Psyche und weniger Erschöpfung³
- ✓ Ohne Laktose und Gluten, vegan
- ✓ Lutschtablette mit Kirschgeschmack
- ✓ Zahnfreundlich mit Xylit gesüßt⁴
- ✓ Von der Apotheken-Marke Dr. Jacob's

16,8 g (60 Tabletten à 280 mg, 60 Portionen)

1. Einschlafprobleme? Melatonin sorgt für schnelleres Einschlafen

Melatonin ist vielen als „Schlafhormon“ bekannt. Es reguliert den Tag-Nacht-Rhythmus unseres Körpers. In einigen Lebensmitteln, wie z.B. Pilz- und Pistazienarten kommt Melatonin natürlich vor.

Es kann über den Verdauungstrakt oder über die Mundschleimhaut aufgenommen werden. Bei Aufnahme über die Mundschleimhaut gelangt das Melatonin direkt ins Blut, ohne dass es im Verdauungstrakt bereits teilweise abgebaut wird. Eine Lutschtablette ermöglicht daher eine schnellere Wirkung¹ und höhere Bioverfügbarkeit.

¹Wenn Sie kurze Zeit vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin einnehmen, trägt das Melatonin dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen.

2. Jetlag wird gelindert – mit Melatonin auch auf Reisen gut schlafen

²Auch die subjektive Jetlag-Empfindung wird durch die Einnahme von Melatonin gelindert. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn bereits am ersten Reisetag kurze Zeit vor dem Schlafengehen und die ersten Tage nach der Ankunft am Reiseziel mind. 0,5 mg Melatonin eingenommen werden. Besonders Viel-Flieger mit häufigem Jetlag können deshalb von Melatonin B₁₂ profitieren.

3. Mit Vitamin B₁₂ für Nerven, Psyche und weniger Erschöpfung

³Zusätzlich wird durch das in Melatonin B₁₂ enthaltene Vitamin B₁₂ (als Methyl-B₁₂) die normale Funktion von Nerven und Psyche sowie die Minderung von Erschöpfung unterstützt.

Ihr Einschlaf-Ritual mit Dr. Jacob's Betthupferl

Rituale helfen uns im Leben. Dr. Jacob's Melatonin B12 eignet sich optimal als Betthupferl für Ihr persönliches Einschlaf-Ritual. Melatonin hilft Ihnen dabei, schneller einzuschlafen¹. Lassen Sie die Tablette langsam auf der Zunge zergehen und konzentrieren Sie sich dabei ganz auf den leckeren Kirschgeschmack. Vergessen Sie alles andere. Der Schlaf kommt am schnellsten, wenn man an nichts mehr denkt – auch nicht an den Schlaf.

⁴Melatonin B₁₂ *forte* ist besonders zahnfreundlich, denn es enthält Xylit anstelle von Zucker, was zur Erhaltung der Zahnmineralisierung beiträgt.

Weitere erprobte Tipps für Ihr Einschlaf-Ritual:

- Kommen Sie zur Ruhe. Dabei helfen kann z. B. ein gutes Buch, ein heißes Bad, ein besänftigender Tee oder ein abendlicher Spaziergang an der frischen Luft. Frühe und feste Zubettgehzeiten unterstützen das Einschlafen.
- Schlafen Sie bei kühler, frischer Raumluft und in Dunkelheit. Unser Körper kann das Schlafhormon Melatonin nur dann selbst ausreichend produzieren, wenn es dunkel ist.



- Vermeiden Sie helle Bildschirme wie Smartphone, Fernseher oder Computer mind. 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Der hohe Blaulichtanteil von Displays stört den normalen Schlaf-Wach-Rhythmus. Spezielle Blaulichtfilter können hilfreich sein.
- Versuchen Sie nach 18:00 Uhr möglichst nichts mehr zu essen. Der Körper ist sonst zu sehr mit der Verdauung beschäftigt. Das nehmen wir im Schlaf unbewusst wahr und schlafen dann unruhiger.

Verzehrempfehlung:

Täglich kurz vor dem Schlafengehen eine Tablette auf der Zunge zergehen lassen.

Die volle Tagesdosis ist für Personen ab 15 Jahren geeignet.



Ergänzend empfehlen wir 5 Melissen-Basentabletten.

Probieren Sie jetzt auch Dr. Jacob's Schlaf schön mit Melatonin¹, natürlichem Magnesium aus dem Meer und Baldrian-, Melissen-, Passionsblumen- und Hopfen-Extrakt.

Pflichthinweis: Die tägliche Verzehrempfehlung darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

Füllhöhe technisch bedingt.

Nahrungsergänzungsmittel
mit Süßungsmittel

Zutaten:

Süßungsmittel Xylit, Füllstoff Cellulose, Rapsfett, Kieselerde, natürliches Kirscharoma, Rote-Bete-Saftpulver, Melatonin (0,4 %), Methylcobalamin (Vitamin B₁₂). Kann Spuren von **Schalenfrüchten** enthalten.

Nährwerte:

Durchschnittswerte pro:	1 Tablette*	% NRV**
Melatonin	1 mg	-
Vitamin B ₁₂	2,5 µg	100 %
Silicium	5 mg	-

* 1 Tagesportion;

** Referenzmengen für die tägliche Zufuhr (NRV)

Apotheken-Bestellnummer:

Deutschland: PZN 12893606

Österreich: PHZNR 4612800

EAN/GTIN-Code 4 041246 500936

Dr. Jacob's Medical GmbH, Platter Straße 92, 65232 Taunusstein

Unsere Motivation bei Dr. Jacob's:**Wir wollen eine gesündere Zukunft für uns alle schaffen!**

Die Dr. Jacob's Medical GmbH wurde im Jahre 1997 von den Drs. Jacob gegründet. Sicher, zuverlässig, wirkungsvoll – nach diesen Kriterien entwickeln wir als Apotheken-Marke seit nunmehr 25 Jahren Nahrungsergänzungs- und Lebensstil-Konzepte. Dabei übernehmen wir Verantwortung für Mensch, Tier und Natur. Unsere Philosophie ist es, keinen Modetrends zu folgen, sondern die wichtigsten Erkenntnisse und Entdeckungen der Wissenschaft zu prüfen und sie für Ihre Gesundheit zu nutzen.

Hochwertige, möglichst natürliche und pflanzliche Inhaltsstoffe, strenge Qualitätskontrollen und die Fachkompetenz des Firmengründers sowie eines ernährungswissenschaftlichen Teams machen den besonderen Charakter von Dr. Jacob's Gesundheitsmitteln aus. Bei der Produktentwicklung achtet Dr. Jacob stets auf die bestmögliche Synergie und optimale Bioverfügbarkeit der besonderen Inhaltsstoffe.

