

AUSGEWÄHLTE MILCHSÄUREBAKTERIEN

Zur Verkürzung
der Einschlafzeit*



NEU

**SYMBIO
LACT®**
Pro Schlaf*

**INNOVATION VOM PIONIER
DER MIKROBIOLOGISCHEN THERAPIE**

* Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.



SymbioLact® Pro Schlaf* – CLEVER EINSCHLAFEN*

Melatonin spielt eine besondere Rolle
bei der Regulation unseres Schlaf-Wach-Rhythmus.

* Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen.

Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.

Melatonin wird bei Dunkelheit ausgeschüttet, wirkt schlafanstoßend und steuert unsere innere Uhr. Im Alter oder bei Stress lässt die Produktion von Melatonin nach. Ein Melatonin-Mangel kann für Ein- und Durchschlafstörungen verantwortlich sein.

Die Folge: Wir sind tagsüber müde und wenig leistungsfähig.

Gerät die Darmflora aus dem Gleichgewicht, kann auch unser Schlaf beeinträchtigt werden.

Der Körper bildet Melatonin aus dem Glückshormon Serotonin, überwiegend in der Zirbeldrüse, welche sich im Gehirn befindet, und in unserem Darm. Dort reguliert es unter anderem die Darmbewegung und dient als Antioxidans.



INNERE RUHE – ZUFRIEDENER SCHLAF

Immer mehr Menschen fühlen sich dauerhaft gestresst.

Gerade in Zeiten hoher Belastung, beispielsweise im Job oder im Privatleben, wird es oft hektisch.

Dabei ist es wichtig, auf sich selbst zu achten. Lang anhaltender Stress kann unter anderem zu **Ein- und Durchschlafproblemen** führen, die Infektanfälligkeit erhöhen und die Entstehung von psychischen Erkrankungen begünstigen.

Da sich Stress nicht immer vermeiden lässt, können viele kleine Schritte Teil der Lösung sein, wie z. B.:

- Bewegung und Sport, um Stress abzubauen
- Entspannungsübungen, um zur Ruhe zu kommen
- Einnahme der cleveren Kombination aus *Lactobacillus plantarum* DR7, Melatonin sowie Vitamin B₆, um die normale Funktion der Psyche und des Nervensystems zu unterstützen



i
Verzehren Sie am besten 2 bis 3 Stunden vor dem Schlafengehen nur leicht Verdauliches. So können Sie Ihren Schlaf zusätzlich unterstützen.



* Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird. Vitamin B₆ trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zur normalen psychischen Funktion bei.

SymbioLact® Pro Schlaf

ist ein Nahrungsergänzungsmittel
mit Milchsäurebakterien und Melatonin.

**SYMBIO
LACT®**
Pro Schlaf*

► Die Inhaltsstoffe von SymbioLact® Pro Schlaf:

- Milchsäurebakterien (*Lactobacillus plantarum* DR7):
ausgesuchte Bakterienkultur mit **1 Mrd.
koloniebildenden Einheiten (KBE)** pro Kapsel
- Melatonin: 1 mg pro Kapsel
- Vitamin B₆: 1,4 mg pro Kapsel



Der in SymbioLact® Pro Schlaf* enthaltene Bakterienstamm ist gegen Magensäure unempfindlich und erreicht deshalb den Darm – seinen Zielort – lebend.



Es empfiehlt sich, SymbioLact® Pro Schlaf* 1-mal täglich kurz vor dem Schlafengehen mit einem Glas Wasser einzunehmen.



SymbioLact® Pro Schlaf* ist gluten- und laktosefrei, gut verträglich und



langfristig anwendbar.



SYMBIO LACT®

Pro Schlaf*

AUSGEWÄHLTE MILCHSÄUREBAKTERIEN
Zur Verkürzung der Einschlafzeit*



* Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.

AUSGEWÄHLTE MILCHSÄUREBAKTERIEN

Zur Verkürzung der Einschlafzeit*

SymbioLact® Pro Schlaf* – CLEVER EINSCHLAFEN*

- ▶ Mit dem aktiven Bakterienstamm *Lactobacillus plantarum* DR7 und Melatonin
- ▶ Ausgewählte Bakterienkulturen mit 1 Mrd. koloniebildenden Einheiten (KBE) pro Kapsel
- ▶ Melatonin: 1 mg pro Kapsel
- ▶ Vitamin B₆: 1,4 mg pro Kapsel
- ▶  glutenfrei  laktosefrei
- ▶ Gut verträglich und langfristig anwendbar



PZN: 18200892



**SYMBIO
PHARM**

SymbioPharm GmbH

Auf den Lüppen 10 | 35745 Herborn | Tel.: 02772 981-300

Fax: 02772 981-301 | www.symbiopharm.de

* Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.