

CONTENUTI MEDI	PER DOSE DA 1 ML	PER 2 COMPRESSE
Teanina	100 mg	200 mg
Melatonina	1 mg	1 mg
Valeriana radice e.s. - di cui acidi valerenici	30 mg 0,24 mg	60 mg 0,48 mg
KSM-66® ashwagandha radice e.s. - di cui witanolidi	40 mg 2 mg	40 mg 2 mg

Confezioni: aocce da 20 ml - 30 compresse orosolubili

Modalità d'uso:

Gocce: per alleviare ansia e stress si consiglia l'assunzione di 0,5 ml due volte al giorno; per favorire il riposo notturno si consiglia di assumere 1 ml prima di coricarsi. Da misurare con la pipetta contagocce e diluire in poca acqua. Agitare prima dell'uso.

Compresse: assumere 1-2 compresse al giorno. La compressa si scioglie in bocca a contatto con la saliva, non masticare.







SENZA SENZA SENZA ZUCCHERO GLUTINE LATTOSIO

Ingredienti gocce: acqua depurata; L-teanina (da Camellia sinensis L. Kuntze, foglie); glicerolo; KSM-66® ashwagandha e.s. (Withania somnifera L., radice) tit. 5% in witanolidi; valeriana e.s. (Valeriana officinalis L., radice) tit. 0,8% in acidi valerenici; mandarino (Citrus reticulata Blanco, olio essenziale); conservanti: sodio benzoato, potassio sorbato; acidificante: acido citrico; melatonina; addensante: gomma xanthan; edulcoranti: sucralosio, acesulfame K.

Ingredienti compresse: edulcoranti: sorbitolo, glicosidi steviolici; L-Teanina, Valeriana (Valeriana officinalis L.) radice estratto secco tit. 0,8% in acidi valerenici, Ashwagandha (Withania somnifera (L.) Dunal) radice estratto secco tit. 5% in witanolidi, agenti antiagglomeranti: carbossimetilcellulosa sodica reticolata, biossido di silicio, sali di magnesio degli acidi grassi; correttore di acidità: acido citrico; aroma, melatonina.

Bibliografia

Lu K., Gray M.A., Oliver C., Liley D.T., et al. The acute effects of L-theanine in comparison with alprazolam on anticipatory anxiety in humans. Psychopharmacol, 2004 Oct; 19(7):457-65.

Leathwood P.D. et al. Aqueous extract of valerian root (Valeriana officinalis L.) improves sleep quality in man. Pharmacol. Biochem. Behav.

Ortiz J.G. et al. Effects of Valeriana officinalis extracts on [3H]flunitrazepam binding, synaptosomal [3H]GABA uptake, and hippocampal [3H]GABA release. Neurochem. Res. 24, 1373-1378, 1999.

Murphy KI, Kubin ZJ, Shepherd JN, Ettinger RH. Valeriana officinalis root extracts have potent anxiolytic effects in laboratory rats. Phytomedicine. 2010 Jul;17(8-9):674-8.

Ramharter J1, Mulzer J. Total synthesis of valerenic acid, a potent GABAA receptor modulator. Org Lett. 2009 Mar 5;11(5):1151-3.

Khom S1, Baburin I, Timin E, Hohaus A, Trauner G, Kopp B, Hering S. Valerenic acid potentiates and inhibits GABA(A) receptors: molecular mechanism and subunit specificity. Neuropharmacology. 2007 Jul;53(1):178-87.

Dadkar VN, Ranadive NU, Dhar HL. Evaluation of antistress (adaptogen) activity of Withania somnifera (Ashwagandha). Ind J Clin Biochem 1987.2:101-108.

Archana R, Namasivayan A. Antistressor effect of Withania somnifera. J Ethnopharmacol 1999;64:91-93.

Chandrasekhar, K., Kapoor, J., & Anishetty, S. A prospective, randomized double-blind, placebo-controlled study of safety and efficacy of a high-concentration full-spectrum extract of Ashwagandha root in reducing stress and anxiety in adults. (2012) Indian journal of psychological medicine, 34(3), 255.

Poza JJ1, Pujol M2, Ortega-Albás JJ3, Romero O. Melatonin in sleep disorders. Neurologia. 2018 Nov 19.

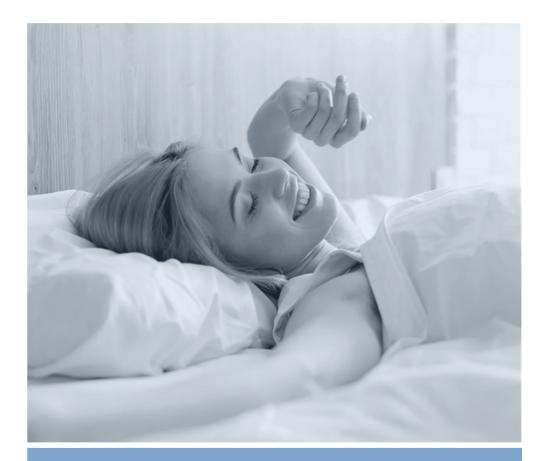
Pratte M.A., Nanavati K.B., Young V., Morley C.P. An Alternative Treatment for Anxiety: A Systematic Review of Human Trial Results Reported for the Ayurvedic Herb Ashwagandha (Withania somnifera). J Altern Complement Med. 2014 Dec 1; 20(12): 901–908.

Choudhary D., Bhattacharyya S., Joshi K. Body Weight Management in Adults Under Chronic Stress Through Treatment With Ashwagandha Root Extract. J Evid Based Complementary Altern Med. 2017 Jan; 22(1): 96–106.

PHARMAWIN srl - Via S. Lattuada 27 - 20135 Milano - info@pharmawin.it - www.pharmawin.it







ANSIA, STRESS
E DISTURBI DEL SONNO



Integratore alimentare ideale per

COMBATTERE STATI DI ANSIA E STRESS E MIGLIORARE LA QUALITA' DEL SONNO





UTILE NEI CASI DI:

STATI DI ANSIA E PICCHI DI STRESS

INSONNIA

DIFFICOLTA'
NELL' ADDORMENTARS

RISVEGLI NOTTURNI

JET LAG E LAVORI NOTTURNI

MENO STRESS E MIGLIOR SONNO SENZA INDURRE ASSUEFAZIONE



KSM-66® Ashwagandha

Estratto dalla Withania Somnifera, è in grado di **ridurre stress e ansia** e **migliorare il sonno**. Contiene più del 5% di witanolidi (principio attivo primario) ed è in grado di ridurre il livello di cortisolo nel siero. (Choudhary D. et al.)

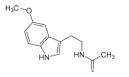


Estratta dalle foglie del tè verde, attraversa la barriera ematoencefalica e incrementa i livelli di Gaba.

GABA



MELATONINA



Regola il ritmo sonno-veglia. L'aumento del cortisolo interferisce con la produzione di melatonina, quindi il sonno viene disturbato.