

Bitte lesen Sie den Beipacktext vor der Anwendung sorgfältig durch.

# melamed®

## SCHLAF-SPRAY

### Nahrungsergänzungsmittel mit Melatonin, Ashwagandha und Lavendelöl

Liebe Leserin, lieber Leser!

**melamed® Schlaf-Spray** ist ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel zur optimalen Unterstützung bei Konzentrationsproblemen, Abgeschlagenheit, nervöser Unruhe, Stress, Schlafstörungen bzw. stressbedingten Schlafstörungen. **melamed® Schlaf-Spray** vereint in seiner raffinierten Zusammensetzung wirksame Substanzen zu einer einfachen Formulierung. Praktisch für die tägliche Anwendung, bewährt in ihrer Wirksamkeit zur Unterstützung bei Ein- und Durchschlafproblemen.

#### Was ist melamed® Schlaf-Spray und welche Funktion erfüllt er?

**melamed® Schlaf-Spray** enthält:

##### Melatonin

In einem Sprühstoß ist das natürliche Schlafhormon des Menschen in einer physiologisch wertvollen Dosierung von 1 mg enthalten.

- trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei
- trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen

##### Ashwagandha

Die immergrüne Pflanze, welche auch „Schlafbeere“ genannt wird, beinhaltet Withanolide (sekundäre Pflanzenstoffe). Je Sprühstoß sind 0,17 mg Withanolide enthalten. Ashwagandha ist ein Adaptogen, weil es die Widerstandsfähigkeit des Körpers gegenüber Stressfaktoren erhöhen kann. Der Begriff Adaptogen beschreibt Stoffe, welche unterstützende Wirkungen bei Konzentrationsproblemen, Abgeschlagenheit, nervöser Unruhe, Stress, Schlafstörungen bzw. stressbedingten Schlafstörungen attestiert werden. Ashwagandha ist im asiatischen Raum seit Jahrtausenden bekannt, wird vielfach eingesetzt und fand auch so den Weg nach Europa. Die Wirksamkeit konnte mittlerweile durch fundierte klinische Studien belegt werden.

##### Lavendelöl

Pro Sprühstoß sind 27µg des hochwertigen Lavendelöls (*L. angustifolia*) enthalten. Das ätherische Öl ist ein traditionelles Naturheilmittel, welches bei milden Verläufen von mentalem Stress und Erschöpfung sowie als Einschlafhilfe dient. Lavendel unterstützt im **melamed® Schlaf-Spray** die beiden anderen Inhaltsstoffe speziell als Einschlafhilfe.

##### **Zutaten:**

Glycerin, Wasser, Ashwagandha-Fluid-Extrakt 5:1 DEV (min. 1,4 % Withanolide), Ethanol 96 % , Natriumcitrat, Melatonin, Zitronensäuremonohydrat, Kaliumsorbat, Lavendelöl.

**Alkoholgehalt: 9,6 % vol.**

Bitte lesen Sie den Beipacktext vor der Anwendung sorgfältig durch.

# melamed<sup>®</sup>

## SCHLAF-SPRAY

Inhaltsstoffe	pro 100g	pro Sprühstoß
Melatonin	0,66 g	1 mg
Ashwaghandaeextrakt	8,07 g	12,4 mg
davon Withanolide	0,11 g	0,17 mg
Lavendelöl	0,02 g	27 µg



### Verzehrempfehlung:

1-2 Sprühstöße abends vor dem Einschlafen. Ein Sprühstoß beinhaltet 1 mg Melatonin, 0,17 mg Withanolide (aus Ashwaganda) und 27 µg Lavendelöl. 2 Sprühstöße enthalten 2 mg Melatonin, 0,34 mg Withanolide und 54 µg Lavendelöl. Für Erwachsene ab 18 Jahren geeignet. Aufgrund seiner schlaffördernden und beruhigenden Wirkung sollte **melamed<sup>®</sup> Schlaf-Spray** idealerweise frühestens eine halbe Stunde vor dem Schlafengehen angewendet werden.

### Gegenanzeigen/ Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen:

Nicht zusammen mit Alkohol oder zentral dämpfenden Arzneimitteln verwenden. Nicht während einer Chemotherapie, Neurodermitis- oder Hormontherapie einnehmen. Nicht anwenden bei möglicher Unverträglichkeit gegenüber einen der Inhaltsstoffe. **melamed<sup>®</sup> Schlaf-Spray** kann Ihre Verkehrstüchtigkeit beeinflussen. Fahren Sie nicht mit dem Auto und bedienen Sie keine schweren Maschinen. Nicht für Kinder und Jugendliche geeignet. Wenn Sie bereits Medikamente einnehmen, ist zuvor zu klären, ob es zu Wechselwirkungen mit **melamed<sup>®</sup> Schlaf-Spray** kommen könnte. Sprechen Sie vor der Einnahme und auch bei Nichteintreten der gewünschten Wirkung mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

### Hinweise zur Schwangerschaft und Stillzeit:

Bei Kinderwunsch, bestehender Schwangerschaft oder während der Stillzeit wird die Einnahme von **melamed<sup>®</sup> Schlaf-Spray** wegen möglicher hormoneller Einflüsse von Ashwagandha nicht empfohlen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

### Wichtige Hinweise zur Anwendung:

**melamed<sup>®</sup> Schlaf-Spray** ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten.

### Lagerungshinweise:

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Trocken, vor Licht und Wärme geschützt lagern.

**Hinweis für Diabetiker:** Für Diabetiker geeignet.

**Packungsgröße:** 30 ml

**Stand der Information:** 06/2023

**Vegan, frei von Gluten, Lactose, Glucose und Fructose.**



### Herstellung und Vertrieb:

ECA-MEDICAL HandelsGmbH  
Mitterweg 4, A-6265 Hart im Zillertal

ECA-MEDICAL

06 31/10/2023