

### Liebe Kundin, lieber Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für **Nachtruh intens immun** entschieden haben.

Guter Schlaf ist wohlthuend und wichtig für unsere Gesundheit. Um frisch und ausgeruht den Alltag meistern zu können, sind Entspannung und ein ruhiger Schlaf unentbehrlich. Ausreichend Schlaf ist ebenfalls für unser Immunsystem essenziell. Im Ruhezustand arbeitet das Immunsystem am effektivsten, da es sich voll und ganz auf die Abwehr von Krankheitserregern konzentrieren kann.

Viele Menschen schlafen nicht immer so ungestört, wie sie es sich wünschen. Aufregungen, Hektik im Alltag, Stress, Anspannungen und Gedankenkarusselle sind oft Auslöser für Schlafprobleme.

Schlafprobleme sind jedoch individuell sehr unterschiedlich.

Dem einen fällt das Einschlafen schwer, andere haben einen leichten, unruhigen und nicht erholsamen Schlaf. Ein Großteil der Betroffenen wacht häufig in der Nacht auf, da sie einfach nicht zur Ruhe finden.

Oftmals ist es auch eine Kombination aus allem. Die Folge: Am nächsten Morgen fühlt man sich müde, gestresst und gerädert. Halten die Probleme länger an, kann sich der Schlafmangel langfristig negativ auf das Immunsystem auswirken und die Anfälligkeit für Krankheiten steigt.

Für einen erholsamen Schlaf und die gezielte Stärkung des Immunsystems haben wir **Nachtruh intens immun** mit der besonderen 3-Phasen-Tablette und der Kombination aus Pflanzenextrakten, 1,9 mg Melatonin und verschiedenen Vitaminen und Mineralstoffen entwickelt. Ohne Gewöhnungseffekt!

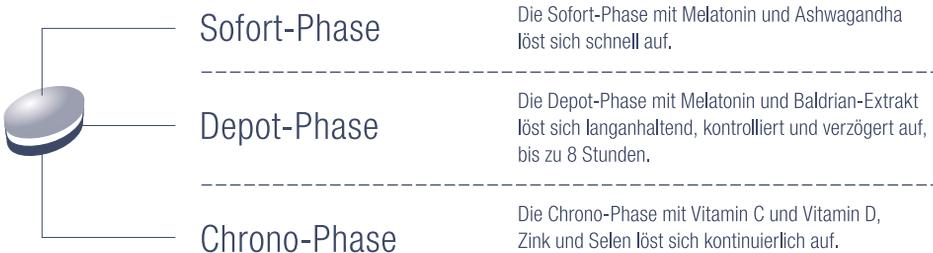
# 3

PHASEN

Die besondere Zusammensetzung sorgt durch die Freisetzung über bis zu 8 Stunden für einen dreifachen Effekt über die ganze Nacht

- 1 Schneller **Einschlafen** <sup>1</sup>
- 2 Ermöglicht **Durchschlafen** <sup>2</sup>
- 3 Unterstützt **das Immunsystem über Nacht** <sup>3</sup>

### Die besondere Tablette löst sich zeitversetzt in 3 Phasen auf:



<sup>1</sup> Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Der positive Effekt von Melatonin stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin eingenommen wird. Ashwagandha unterstützt das Einschlafen.

<sup>2</sup> Baldrian unterstützt das Durchschlafen.

<sup>3</sup> Vitamin C und Vitamin D, Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

## Verzehrempfehlung:

1 Tablette täglich 30 Minuten vor dem Schlafengehen mit etwas Flüssigkeit unzerkaut schlucken.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden oder eine gesunde Lebensweise ersetzen.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Sollten Sie bereits andere Produkte zur Unterstützung von Schlaf oder Beruhigung einnehmen, sprechen Sie bitte vor der Verwendung von **Nachtruh intens immun** mit Ihrem Arzt oder Apotheker. Auf den Verzehr weiterer zink- und selenhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Nicht für Schwangere, Stillende sowie Kinder und Jugendliche geeignet. Nach Einnahme des Produktes ist die Fähigkeit zur Teilnahme am Straßenverkehr möglicherweise eingeschränkt.

Glutenfrei und laktosefrei.

## Zutaten:

Füllstoffe (Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose, Calciumphosphate, Hydroxypropylcellulose), Baldrianwurzel-Extrakt (5-6:1), Ashwagandha Wurzel- und Blätter-Extrakt (40:1), L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Echinacea-Presssaftpulver, Maltodextrin, Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Siliciumdioxid, vernetzte Carboxymethylcellulose), Farbstoff Eisenoxide und Eisenhydroxide, Zinkoxid, Überzugsmittel (Ethylcellulose, Polyethylenglycol), Melatonin, Natriumselenat, Cholecalciferol (Vitamin D3).

## Durchschnittliche Zusammensetzung pro Tagesportion (1 Tablette):

1 Tablette		NRV*
Ashwagandha Wurzel- und Blätter-Extrakt	120 mg	**
– davon Withanolidglycoside	42 mg	**
Baldrianwurzel-Extrakt	270 mg	**
Echinacea-Presssaftpulver	44 mg	**
Melatonin	1,9 mg	**
Selen	100 µg	182 %
Vitamin C	80 mg	100 %
Vitamin D	25 µg	500 %
Zink	7,5 mg	75 %

\*NRV (Nährstoffbezugswerte) für Erwachsene nach der Lebensmittel-Informationsverordnung.

\*\*keine NRV vorhanden

Bitte trocken und nicht über 25 °C lagern

Nahrungsergänzungsmittel mit Pflanzenextrakten, Melatonin, Vitamin C und D, Zink und Selen

Erhältliche Packungsgrößen:

20 Tabletten = 22,0 g

## Apothekenexklusiv

M.C.M. Klosterfrau Healthcare GmbH  
Doerenkampgasse 11, 1100 Wien  
Tel.: +43 1 688 21 61 0  
E-Mail: office@klosterfrau.at  
www.klosterfrau.at

Für Informationen zum Thema  
„Besser Schlafen“ – bitte scannen



www.nachtruh.at