



**Liebe Verwenderin und lieber Verwender von Orthomol Nemuri night,** wir freuen uns, dass Sie sich für Orthomol Nemuri night entschieden haben, ein Qualitätsprodukt der Firma Orthomol. Orthomol setzt seine ganze Erfahrung und sein Wissen bei der Herstellung von orthomolekularen Mikronährstoffkombinationen ein, um Sie mit hochwertigen Produkten für Ihre Gesundheit zu unterstützen. In diesem Packungsbeileger finden Sie Informationen zum Produkt und seinen Inhaltsstoffen sowie wichtige Hinweise zur Einnahme.

### Was ist Orthomol Nemuri night?

Orthomol Nemuri night ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Es enthält u.a. Melatonin, Melissen-Extrakt, Hopfen-Extrakt, Glycin und L-Tryptophan.

Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Die positive Wirkung stellt sich bei einer Aufnahme von 1 mg Melatonin kurz vor dem Schlafengehen ein. Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei. Die positive Wirkung stellt sich bei einer Aufnahme von 0,5 mg Melatonin am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort ein. Vitamin B<sub>6</sub>, Niacin und Magnesium tragen zu einer normalen psychischen Funktion und einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

### Wie nehme ich Orthomol Nemuri night ein?

Den Inhalt eines Beutels in eine Tasse geben und mit ca. 100 ml heißem, nicht mehr kochendem Wasser übergießen. Unter Rühren auflösen und ca. 30-60 Minuten vor dem Schlafengehen möglichst warm genießen.

### Was muss ich beachten?

- Bei der Einnahme von Medikamenten zur Behandlung von Depressionen (z. B. Monoaminooxidasehemmer, Serotoninwiederaufnahmehemmer) und Schlafstörungen sowie bei der Einnahme von Medikamenten gegen Parkinson (z. B. Levodopa) sollte Orthomol Nemuri night nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden.
- Die Einnahme von Orthomol Nemuri night zusammen mit Alkohol und die Einnahme vor der aktiven Teilnahme am Straßenverkehr, dem Bedienen von Maschinen oder Arbeiten ohne sicheren Halt sind nicht zu empfehlen.
- Orthomol Nemuri night sollte nicht in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.
- Bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden (4,0 g Kohlenhydrate pro Tagesportion).
- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

### Wie lagere ich Orthomol Nemuri night?

Bewahren Sie Orthomol Nemuri night bevorzugt kühl und trocken auf.

#### Orthomol Nemuri night Heißgetränk-Granulat ist ohne Gentechnik hergestellt und:

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> lactosefrei | <input checked="" type="checkbox"/> frei von weiteren Allergenen gemäß |
| <input checked="" type="checkbox"/> glutenfrei  | EU-Verordnung 1169/2011  |
|   | <input checked="" type="checkbox"/> frei von Farbstoffen               |

### In welchen weiteren Darreichungsformen ist Orthomol Nemuri night erhältlich?

- **Spray:** Nahrungsergänzungsmittel mit Passionsblumen- und Melissen-Extrakt. Enthält Melatonin als Beitrag zur Verkürzung der Einschlafzeit.
- **Direktgranulat:** Nahrungsergänzungsmittel mit Passionsblumen- und Melissen-Extrakt. Enthält Melatonin als Beitrag zur Verkürzung der Einschlafzeit.

### Wo erhalte ich weitere Informationen?

Wenn Sie mehr über orthomolekulare Ernährung erfahren möchten, hilft Ihnen unser Service-Center unter 02173 9059-0 gerne weiter.

### Herzlichst

**Ihre Orthomol pharmazeutische Vertriebs GmbH**

Herzogstraße 30  
40764 Langenfeld  
Telefon 02173 9059-0  
info@orthomol.de  
www.orthomol.de

# orthomol nemuri night



## Zusammensetzung

Tagesportion zu 10 g Heißgetränk-Granulat

	pro Tagesportion	% RM**
<b>Vitamine</b>		
Niacin	16 mg NE*	100
Vitamin B <sub>6</sub>	1,4 mg	100
<b>Mineralstoff</b>		
Magnesium	180 mg	48
<b>Sonstige Stoffe</b>		
Melatonin	1 mg	***
Melissen-Extrakt	200 mg	***
Hopfen-Extrakt	50 mg	***
Grüntee-Extrakt	200 mg	***
Theanin	70 mg	***
Glycin	3.000 mg	***
L-Tryptophan	500 mg	***

## Zutaten

Glycin (30%), Maltodextrin, Magnesiumlactat, Dextrose, L-Tryptophan (5%), Säuerungsmittel Äpfelsäure, Melissen-Extrakt (aus *Melissa officinalis*) (2%), Theanin-haltiger Grüntee-Extrakt (aus *Camelia sinensis*) (2%), Theanin, Säuerungsmittel Citronensäure, Aroma, Hopfen-Extrakt (aus *Humulus lupulus*) (0,3%), Nicotinamid, Süßungsmittel Acesulfam K und Sucralose, Pyridoxinhydrochlorid, Melatonin

\* NE = Niacinäquivalente

\*\* RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011

\*\*\* keine Referenzmenge vorhanden

Hergestellt in einem ISO 22000-zertifizierten Betrieb.

FSC  
Label  
Platzhalter  
Breite 17 mm  
Höhe 28,2 mm