

uputstvo Oligovit® Sleep direct sticks

**Oligovit® Sleep, prašak za direktnu oralnu upotrebu**

### Dodatak ishrani

**Oligovit® Sleep, prašak za direktnu oralnu upotrebu** je dodatak ishrani sa melatoninom, herbom pasiflore i vitaminima B6 i B12, namenjen uspavljivanju.

Melatonin doprinosi skraćenju vremena potrebnog da se utone u san, a koristan efekat se postiže uzimanjem 1 mg melatonina neposredno pred spavanje.

Melatonin doprinosi ublažavanju simptoma promene vremenskih zona pri putovanju avionom, a koristan efekat se postiže unosom 0,5 mg melatonina neposredno pre spavanja prvog dana putovanja i sledećih nekoliko dana po dolasku na odredište.

Pasiflora je biljni sedativ i doprinosi odmoru, relaksaciji, spavanju i smirenom ponašanju.

Herba pasiflore sadrži flavonoide, kumarinske derivate i malu količinu etarskog ulja. Herba pasiflore se najčešće koristi za oslobađanje blažih simptoma nervne napetosti i kod nesаницe.

Vitamini B6 i B12 doprinose normalnoj psihološkoj funkciji, normalnoj funkciji nervnog sistema i smanjenju umora i iscrpljenosti.

Sastav aktivnih komponenti	1 kesica (2,0 g)	%NRV*	100 g
Melatonin	1 mg	-	50 mg
Suvi ekstrakt herbe pasiflore ( <i>Passiflora incarnata</i> ), DER 3-4:1	100 mg	-	5 g
Vitamin B6 (piridoksin-hidrochlorid)	1,4 mg	100	70 mg
Vitamin B12 (metilkobalamin)	2,5 µg	100	125 µg

\* NRV- nutritivna referentna vrednost

**Sastojci:** sorbitol (sredstvo za povećanje zapremine), suvi ekstrakt herbe pasiflore, aroma tropskog voća, limunska kiselina, piridoksin-hidrochlorid, melatonin, metilkobalamin.

Nutritivne informacije	1 kesica (2,0 g)	100 g
Energetska vrednost kJ / kcal	21 / 5	1047 / 441

## uputstvo Oligovit® Sleep direct sticks

Masti – ukupno (g)	0,0	0,0
od toga zasićene masne kiseline (g)	0,0	0,0
Ugljeni hidrati – ukupno (g)	1,9	98
od toga šećeri (g)	<0.5	0.5
Vlakna (g)	0,0	0,0
Proteini (g)	0,0	0,0
So (g)	0,0	0,0

**Upotreba:**

Odrasli: Jednom dnevnom, pola sata pre spavanja rastopiti sadržaj 1 kesice direktno u ustima, bez dodavanja tečnosti.

**Napomene:**

Dodaci ishrani se ne mogu koristiti zamena za raznovrsnu i uravnoteženu ishranu!

Čuvati van domašaja male dece.

**Upozorenja:**

Preporučena dnevna doza se ne sme prekoračiti.

Proizvod ne smeju da koriste osobe preosetljive na bilo koji sastojaka proizvoda.

Proizvod nije namenjen trudnicama, dojiljama i mlađima od 18 godina.

Ne preporučuje se dugotrajno uzimanje melatonina za uspavlivanje, jer može rezultovati poremećajem prirodnih mehanizama uspavlivanja.

Nije namenjeno osobama sa mentalnim poremećajima, uključujući i depresiju.

Zbog sedativnog (uspavljujućeg) dejstva, ovaj proizvod smanjuju pažnju i koncentraciju, pa ga ne treba uzimati najmanje 2 sata pre vožnje, upravljanja spravama i mašinama, kao i drugim radnjama u kojima se zahteva visoka koncentracija.

Osobe sa zdravstvenim problemima, ili ako upotrebljavaju druge lekove, pre početka korišćenja ovog proizvoda treba da konsultuju svog lekara ili farmaceuta.

Prekomerna upotreba može da izazove laksativni efekat.

**Način čuvanja:**

Čuvati u originalnom pakovanju, na suvom i tamnom mestu, na temperaturi do 25 °C.

uputstvo Oligovit® Sleep direct sticks

**Rok upotrebe**

Ne sme se koristiti posle isteka roka upotrebe označenog na pakovanju.

**Pakovanje**

10 kesica praška za direktnu oralnu upotrebu

**Proizvedeno** u: Republici Srbiji.

**Nosilac upisa u bazu podataka Ministarstva zdravlja Republike Srbije:**

Galenika a.d., Batajnički drum b.b., 11080 Beograd, Republika Srbija

** Galenika**