

MEDIAKOS Melatonin + Ashwagandha Schlaf Spray



MEDIAKOS Melatonin + Ashwagandha Schlaf Spray
Inhalt: 20 ml PZN: 18222126
Inhalt: 50 ml PZN: 18243677

Sprühbar schneller einschlafen.

- **ENDLICH SCHNELLER EINSCHLAFEN**
1 mg Melatonin kurz vor dem Schlafengehen – klinisch bestätigt wirksam.
- **MAXIMALE BIOVERFÜGBARKEIT**
Direkte Aufnahme über die Mundschleimhaut – kein Wirkstoffverlust durch den Verdauungstrakt.
- **MIT ASHWAGANDHA & PASSIONSBLUME**
Zwei bewährte Pflanzen der Naturheilkunde – kombiniert mit Melatonin im praktischen Spray.
- **4 SPRÜHSTÖSSE – UND DIE NACHT KANN STARTEN**
Keine Tabletten, kein Wasser, kein Abmessen. Einfach sprühen, fertig.
- **VEGAN & OHNE UNNÖTIGE ZUSÄTZE**
Ohne Alkohol, Gluten und Laktose – gesüßt mit natürlichem Mönchsfruchtextrakt.

Inhaltsstoffe und Wirkung

Melatonin

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

Vitamin B6

- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Ashwagandha

- ayurvedische Schlafpflanze – seit über 3.000 Jahren traditionell eingesetzt..

Passionsblume

- seit dem 17. Jahrhundert bewährt in der europäischen Volksmedizin.



Ohne Alkohol



Ohne Gluten & Laktose



Ohne Tierversuche



Mit Mönchsfrucht-Extrakt



Gut zu dosieren



Pflirsich-Geschmack

Produktinformationen & Nährwerte

Melatonin + Ashwagandha Schlaf Spray ist ein Produkt der MEDIKOS GmbH

| | |
|----------------------------|---|
| Produktname | Melatonin + Ashwagandha Mediakos Schlaf Spray |
| Herstellungsland | Bulgarien |
| Produktbeschreibung | Nahrungsergänzungsmittel in Form von Mundspray mit Melatonin, Vitamin B6, Ashwagandha-Extrakt und Passionsblumen-Extrakt, mit Süßungsmittel |
| Nettofüllmenge | 20 ml (35 Dosen, 140 Sprühstöße) 50 ml (87 Dosen, 350 Sprühstöße) |
| Produktvarianten | 20 ml – PZN 18222126 – UVP 12,95 € 50 ml – PZN 18243677 – UVP 22,95 € |
| MHD | 36 Monate ab Herstellungsdatum |
| Zutaten | Wasser, Zitronensäure (Säureregulator), Ashwaganda-Extrakt, Passionsblumen-Extrakt, Vitamin B6, Melatonin, Mönchsfruchtextrakt (Süßungsmittel), Aroma, Kaliumsorbat (Konservierungsmittel). |

Nährwertangaben

| Nährstoff | 4 Sprühstöße (0,56 ml) / Tagesdosis | % NRV* |
|------------------------|-------------------------------------|--------|
| Melatonin | 1 mg | ** |
| Ashwagandha-Extrakt | 10 mg | ** |
| Passionsblumen-Extrakt | 5 mg | ** |
| Vitamin B6 | 3 mg | 214 % |

* Nährstoffbezugswert nach VO (EU) 1169/2011

** Keine Nährstoffbezugswerte (NRV) vorhanden

Anwendung & Hinweise

Verzehrempfehlung

Zur Verkürzung der Einschlafzeit: 4 Sprühstöße kurz vor dem Schlafengehen direkt in den Mund sprühen und vor dem Schlucken kurz einwirken lassen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin (= 4 Sprühstöße) eingenommen wird.

Bei Jetlag: 4 Sprühstöße kurz vor dem Schlafengehen direkt in den Mund sprühen und vor dem Schlucken kurz einwirken lassen. Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort mindestens 0,5 mg Melatonin aufgenommen werden. Vor der ersten Anwendung die Pumpe mehrmals drücken, um den Durchfluss zu starten. Vor jedem Gebrauch gut schütteln.

Empfohlene Tagesdosis: 4 Sprühstöße (0,56 ml). 4 Sprühstöße entsprechen 1 mg Melatonin.

Lagerung

Kühl und trocken lagern, bei einer Temperatur unter 25 °C, vor direktem Licht und Hitze geschützt.

Wichtige Hinweise

- Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.
- Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.
- Dieses Produkt ist nicht zur Vorbeugung, Behandlung oder Heilung von menschlichen Krankheiten bestimmt.
- Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, wenn Sie schwanger sind, stillen, Medikamente einnehmen oder gesundheitliche Probleme haben.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.
- Kann die Fahrtüchtigkeit und die Fähigkeit, Maschinen zu bedienen, beeinträchtigen.
- Nicht einnehmen, wenn Sie allergisch oder überempfindlich gegen einen der Inhaltsstoffe sind.
- Nicht zusammen mit Alkohol einnehmen.
- Mit Süßungsmittel.

Wusstest Du?

Melatonin ist kein klassisches Schlafmittel – es verschiebt keine Schlafphasen, sondern gibt dem Körper ein Zeitsignal: Wenn es dunkel wird, steigt der Melatoninspiegel an und signalisiert, dass es Zeit zum Schlafen ist. Das blaue Licht von Bildschirmen reicht aus, um diesen Prozess zu bremsen. Der Spiegel beginnt typischerweise 1–2 Stunden vor dem natürlichen Einschlafen zu steigen – und sinkt mit zunehmendem Alter messbar ab. Anders als klassische Schlafmittel ist Melatonin ohne bekannte Gewöhnungseffekte. Im Winter produziert der Körper länger Melatonin, was das typische Wintermüdigkeitsgefühl erklären kann. Bei Reisen über mehrere Zeitzonen gerät dieser Rhythmus aus dem Takt – weshalb die EU für genau diesen Anwendungsfall einen eigenen autorisierten Health Claim für Melatonin hat.