



Nachtrust^{1,2*} tabletten

3-in-1

Voedingssupplement
Kruidenpreparaat

Tabletten

Gebruiken bij

Ondersteunt je slaap op 3 manieren. Helpt om sneller in slaap te vallen^{1,2*}, helpt de slaapkwaliteit^{1,2,3*} te bevorderen en helpt om uitgerust wakker te worden^{1,2,3*}.

3-in-1 slaapformule

Iedereen heeft behoefte aan een goede nachtrust. A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 bevat een combinatie van 3 verschillende ingrediënten: valeriaan, citroenmelisse en hop. Het helpt om lichaam en geest te ontspannen^{1,2*} en om sneller in slaap te vallen^{1,2*}. Het ondersteunt het behoud van een gezonde nachtrust^{1,2,3}, helpt om lekker te slapen^{1,2,3*} en helpt de slaapkwaliteit^{1,2,3*} te bevorderen. Het helpt je 's ochtends weer fris en uitgerust wakker te worden^{1,2,3*}. A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 geeft geen gewenning en de natuurlijke slaap blijft intact.

A.Vogel Nachtrust^{1,2*} tabletten 3-in-1 is volgens de laatste wetenschappelijke inzichten ontwikkeld.

Hoeveelheid slaap

De hoeveelheid slaap die je nodig hebt is heel persoonlijk. Er zijn mensen die veel slaap nodig hebben en mensen die weinig slaap nodig hebben. Een belangrijke richtlijn is of je je fris en uitgerust voelt wanneer je 's ochtends wakker wordt. Het kan soms wenselijk zijn om je natuurlijke nachtritme extra te ondersteunen. Want het behoud van een goede nachtrust is belangrijk voor een gezond leven.

Dosering en gebruik

Een half uur voor het slapen gaan 1 tablet met wat water innemen.

Voor kinderen adviseren wij de:

A.Vogel Dormeasan® Citroenmelisse tabletten.

A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 kan langdurig gebruikt worden. Je kunt op elk gewenst moment weer stoppen met dit product.

Belangrijke informatie voordat je

A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 gebruikt

De aangegeven dosering niet overschrijden. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

Wegens onvoldoende gegevens wordt het gebruik van A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 uit voorzorg niet geadviseerd tijdens de zwangerschap en de periode van borstvoeding. Wil je dit product gebruiken, raadpleeg dan eerst je arts.

Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor een van de componenten.

Combinatie met andere producten

Je kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met je arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

In de aanbevolen hoeveelheden wordt het product in het algemeen prima verdragen.

Ingrediënten

Plantenextracten: valeriaan (*Valeriana officinalis*), hop (*Humulus lupulus*), citroenmelisse 6% (*Melissa officinalis*); vulstoffen (cellulose, calciumfosfaten); zetmeel; versterkingsmiddel (vernet cellulosegom, Arabische gom); glansmiddel (magnesiumstearaat; antiklontermiddel (siliciumdioxide).

Een dagdosering van 1 tablet bevat de inhoudsstoffen van 1469 mg verse citroenmelisse, 780 mg droge valeriaanwortel en 650 mg droge hobbellen.

¹Citroenmelisse, ²valeriaan, ³hop.

*Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating

1 tablet = 800 mg

 geen gewenning

 langdurig te gebruiken

 vegan



Bewaren

Buiten het zicht en bereik van kinderen houden.
Bewaren beneden 25°C.

Verpakking

A.Vogel Nachtrust tabletten 3-in-1 is verkrijgbaar in een 30 stuks verpakking. Daarnaast is er een A.Vogel Dormeasan Citroenmelisse Nachtrust variant verkrijgbaar in een verpakking van 60 tabletten en als hoog gedoseerde variant in een verpakking van 30 tabletten.

Verpakt onder beschermende atmosfeer.

Persoonlijk advies

Wie gezond wil leven eet gevarieerd en gezond, beweegt verantwoord en zorgt voor voldoende afwisseling tussen inspanning en ontspanning. Soms kan je lichaam even wat extra ondersteuning gebruiken. De natuurlijke producten van A.Vogel zijn met de grootste zorg en volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten gemaakt om jouw gezondheid te ondersteunen. Meer informatie? Kijk op www.avogel.nl of stuur een e-mail naar info@avogel.nl

Tips die je helpen om lekker te slapen

- Zorg ook overdag voor voldoende rust en ontspanning. Gebruik overdag eventueel aanvullend A.Vogel Passiflora Rustgevende[®] tabletten. Deze helpen te ontspannen in stresssituaties of in drukke, spannende tijden[®].
- Laat een middagdutje voor wat het is en kijk vlak voor het slapen gaan niet naar spannende tv-programma's.

- Luister voor het slapen gaan naar rustige muziek, lees een ontspannend boek of wandel nog even buiten.
- Neem niet laat op de avond nog een zware, eiwitrijke maaltijd.
- Drink 's avonds geen cafeïnehoudende dranken zoals koffie, thee en cola.
- Je kunt wel A.Vogel Bambu[®] (een koffievervanger) drinken of drink voor het naar bed gaan warme melk met honing.

¹Passiebloem.

Natuurlijk gezond

Bij A.Vogel maken we natuurlijke zelfzorgproducten. De planten die in de ecologische A.Vogel tuinen op de Veluwe groeien, verwerken we in veel van onze producten. Jaarlijks oogsten onze tuinmannen zo'n 50.000 kilo planten op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. De kwaliteitsmedewerkers van het laboratorium testen dit uitvoerig. Direct na de oogst verwerken we de planten en maken we er hoogwaardige producten van. Door voortdurend onderzoek weten we dat planten vol actieve werkstoffen zitten. Dat fascineert ons. Hierdoor zijn we altijd op zoek naar hoe we de kracht van de natuur kunnen gebruiken in nieuwe toepassingen voor jouw gezondheid.

A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

Alles wat we in de A.Vogel tuinen doen, doen we met de grootste passie voor de natuur en jouw gezondheid. Zo kweken we al onze planten uitsluitend ecologisch (EKO-keurmerk), zonder kunstmest en chemische

bestrijdingsmiddelen. Dat doen we om de natuur te sparen en onze ingrediënten zo zuiver mogelijk te houden. Wij hebben een hechte samenwerking met de bewoners van Zorgboerderij Westbroek. Ze helpen ons namelijk met verschillende werkzaamheden in de A.Vogel tuinen. Van onkruid wieden, bemesten en oogsten tot assistentie in ons bezoekerscentrum. Het is een fijne samenwerking waar wij en de medewerkers veel plezier van hebben.

Zorg voor het milieu

A.Vogel streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakkingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.



De tekst van deze gebruiksaanwijzing werd voor het laatst gewijzigd in september 2023.

A.Vogel B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg

