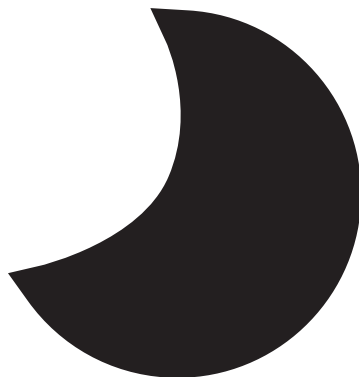


# neuroREST

miego kokybei



Maisto papildas

Geriausių rezultatų pasieksite, jei maisto papildus **neuroREST** ir **neuroOFFICE** vartosite kartu. **neuroOFFICE** skirtas fiziniam ir protiniam darbingumui, vartojamas ryte (apie 7-12 val.). Sudėtyje esančios medžiagos padeda palaikyti normalią nervų sistemos veiklą (**vitaminai B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, riboflavinai (Vit. B<sub>2</sub>), tiaminas, saldymedis**)\*, normalią energijos apykaitą (**vitaminai B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, riboflavinai (Vit. B<sub>2</sub>), tiaminas**)\*, padeda palaikyti normalią protinę veiklą (**saldymedis, eleuterokokas**)\*, normalią pažinimo funkciją (**eleuterokokas, cinkas**)\*, normalią fizinę energiją (**eleuterokokas**)\*.



Maisto papildų **neuroREST** bei **neuroOFFICE** ieškokite vaistinėse.

Maisto papildas **neuroREST** sukurtas remiantis **CHRONOBIOLOGIJOS** mokslu, todėl organizmas papildomas medžiagomis reikiamu laiku.

Maistinės medžiagos 1 kapsulėje			%RMV*
<b>Sleep-NR kompleksas</b>	Melatoninas	1mg	
	Raudonžiedės pasifloros ( <i>Passiflora incarnata</i> ) žiedų sausasis ekstraktas	60mg	
<b>Rest-NR kompleksas</b>	Paprastosios sukatžolės ( <i>Leonurus cardiaca</i> ) žolės sausasis ekstraktas	60mg	
	Magnis	100mg	27%
	Vitaminas C	50mg	63%
	Vitaminas B <sub>6</sub>	5mg	357%
	Vaistinių melisų ( <i>Melissa officinalis</i> ) žolės sausasis ekstraktas	100mg	

\*RMV - referencinė maistinė vertė

Maisto papildas **neuroREST** yra du aktyvūs kompleksai:

## / Sleep-NR kompleksas /

Padeda sutrumpinti užmigimo laiką.

**Melatoninas** padeda mažinti laiko, reikalingo norint užmigti, trukmę. Teigiamas poveikis pasireiškia suvartoiant 1 mg melatonino prieš einant miegoti.\*

**Raudonžiedė pasiflora** (*Passiflora incarnata*) padeda palaikyti normalią miego funkciją.\*

## / Rest-NR kompleksas /

Padeda mažinti nuovargį ir palaikyti normalią nervų sistemą.

**Magnis, Vitaminas C, Vitaminas B<sub>6</sub>** padeda palaikyti normalią psichologinę funkciją, nervų sistemos veiklą, padeda mažinti pavargimo jausmą ir nuovargį.\*

**Magnis** padeda palaikyti normalią raumenų funkciją, atlieka tam tikrą funkciją ląstelių dalijimosi procese.\*

**Vitaminai C ir B<sub>6</sub>** padeda palaikyti normalią imuninės sistemos veiklą.\*

**Paprastoji sukatžolė** (*Leonurus cardiaca*) padeda palaikyti normalią širdies ir kraujagyslių sistemą bei normalią nervų sistemos veiklą.\*

Maisto papildą rekomenduojama vartoti **vakare prieš miegą** (apie 21-24 val.), užgeriant stikline vandens.

- Neviršykite rekomenduojamos dienos dozės.
- Maisto papildas gali būti vartojamas nuolat ar trumpą laiką.
- Maisto papildas neturėtų būti vartojamas kaip maisto pakaitalas.
- Svarbu įvairi ir subalansuota mityba bei sveikas gyvenimo būdas.

\*Sveikatinimo teiginiai pagal Europos maisto saugos tarnybą (EFSA) [www.efsa.europa.eu](http://www.efsa.europa.eu)



Barkodas skirtas tik  
neuroREST N2 pavyzdžiams

Maisto papildų linija Bio**Chronoss** yra sukurta remiantis Chronobiologijos mokslu.

**CHRONOBIOLOGIJA** – mokslas, kuris nagrinėja žmogaus organizmo biologinių funkcijų ritmišką ir dėsningą svyravimą.

Nustatyta, kad pagrindinės miego fazės yra dvi: lėtojo miego ir paradoksinė.

Lėtojo miego fazė skirstoma į keturias stadijas:

- I stadija – snūduriavimas, pradedama atsipalaiduoti, bet miegas dar labai jautrus, galima lengvai prabusti.
- II stadija – miego pradžia, tai jau gilesnio miego stadija, pabusti nuo pašalinio triukšmo įmanoma, bet sunkiau nei I stadijoje.
- III – IV stadija – delta miegas, šiuo metu žmogus pabunda sunkiai, gali prisiminti tik neaiškius sapnų fragmentus.

Paradoksinio miego fazė seka iškart po lėtojo miego, todėl dažniausiai prisimenami sapnai būtent iš šios fazės.

**Kodėl svarbu suprasti savo biologinį laikrodį?**

Dažnai nesuprasdami savo sveikatos problemų atsiradimo priežasties, jas sprendžiame neteisingomis priemonėmis, ignoruodami tikruosius signalus. Teigiama įtaka žmogaus savijautai pasireiškia suregulavus poilsio ir darbo režimą, pakeitus mitybos įpročius, pradėjus aktyviai sportuoti ir papildant organizmą būtinomis medžiagomis konkrečiu paros metu.

**Siūlome kelias priemones, kurios gali daryti įtaką jūsų miego kokybei:**

- gerai išvėdinkite savo miegamąjį;
- nežiūrėkite televizoriaus ir nežaiskite kompiuteriu bent 1 valandą prieš miegą;
- stenkitės nusiraminti, pamedituokite;
- nevalgykite bent 1 valandą prieš miegą;
- prieš miegą negerkite kavos, nerūkykite ir nevartokite alkoholio, nes pastarasis padeda greičiau užmigti, tačiau prastina miego kokybę ir skatina ankstyvą pabudimą;
- pagulėkite šiltoje vonioje;
- taip pat nepamirškite sveikos ir subalansuotos mitybos.

