

PRESSEINFORMATION

Produktneuheit bei Pure Encapsulations® Besser Einschlafen mit dem Schlafhormon Melatonin

Graz, 11. Oktober 2023 – Stundenlanges Wachliegen und ständiges Hin-und-her-Wälzen? Schlaf ist für Körper und Geist lebensnotwendig und doch kommt er im stressigen Alltag oftmals zu kurz. Wer Schwierigkeiten beim Ein- oder Durchschlafen hat, fühlt sich tagsüber oft müde, unausgeglichen und weniger leistungsfähig. Doch was tun, wenn das Einschlafen zur Qual wird? Neben einer guten Schlafhygiene, Entspannungstechniken, Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung können auch ausgewählte Mikronährstoffe zu einem erholsamen Schlaf beitragen. Die neuen Melatonin Kapseln von Pure Encapsulations® unterstützen den Körper dabei bestens.

Stress im Alltag, schwer verdauliches Essen oder auch Alkohol – es gibt viele Faktoren, die einen erholsamen Schlaf beeinträchtigen können. Wer in der Nacht häufig wach liegt, sollte unbedingt seine Schlafhygiene genauer unter die Lupe nehmen. Denn beim Schlafen werden die Energiespeicher aufgeladen, Informationen sowie Erlebtes verarbeitet, der Hormonhaushalt reguliert und das Immunsystem gestärkt. „Es gibt zahlreiche Tipps, die dabei helfen können, die Einschlafzeit zu verkürzen. Individuelle Entspannungsrituale vor dem Zubettgehen, körperliche Aktivitäten an der frischen Luft, gut verdauliche Kost sowie das Vermeiden von blauem Licht am Abend können die Schlafqualität bereits deutlich verbessern. Besonders wichtig ist darüber hinaus das Schlafhormon Melatonin. Da es im Alltag jedoch viele Faktoren gibt, die den Melatonin-Spiegel nachteilig beeinflussen, kann Melatonin als Nahrungsergänzungsmittel dabei unterstützen, das Gleichgewicht des Schlafhormons auf natürliche Art und Weise wieder herzustellen“, erklärt Tina Werner, Pharmazeutin und Nährstoffexpertin bei Pure Encapsulations®.

Schäfchen zählen leicht gemacht

Melatonin macht müde, der blaue Lichtanteil hingegen – vor allem jener des künstlichen Lichts, das von Bildschirmen ausgeht – wirkt wie ein Muntermacher, denn es unterdrückt die Produktion des Schlafhormons. Wer abends also mit Handy oder Tablet im Bett liegt, wird trotz später Stunde nicht müde. Doch auch andere Einflüsse, wie Stress und ein damit verbundener erhöhter Cortisolspiegel oder ein erhöhter Bedarf an Magnesium haben Einfluss auf den Melatonin-Spiegel. Als Unterstützung für einen erholsamen Schlaf können Melatonin Kapseln supplementiert werden. Denn als Nahrungsergänzungsmittel verkürzen sie die Einschlafzeit und helfen dabei, schneller in einen erholsamen Schlaf zu finden. „Melatonin ist ein wichtiges Hormon, das in der Zirbeldrüse auf natürliche Art und Weise gebildet wird. Aufgrund unseres modernen Lebensstils mit hellem

PROMEDICO

Kunstlicht und elektronischen Geräten bis spät am Abend kann es jedoch sinnvoll sein, Melatonin Kapseln zu supplementieren, um den Schlaf-Wach-Rhythmus zu regulieren“, so Werner. Die qualitativ hochwertigen Melatonin Kapseln von Pure Encapsulations® sind sorgfältig formuliert und enthalten pro Tagesportion (2 Kapseln) 1 mg Melatonin. Das beste Ergebnis kann erzielt werden, wenn die Kapseln kurz vor dem Schlafengehen eingenommen werden.

Melatonin von Pure Encapsulations® ist ab sofort in ausgewählten Apotheken und im [Online-Shop](#) erhältlich. UVP 21,90 €/60 Kapseln

Fotos honorarfrei abdruckbar

Bild 01: Melatonin von Pure Encapsulations® © Pure Encapsulations®

Bild 02-3: Besser Einschlafen mit dem Schlafhormon Melatonin © Lumina Stocksy

Über Promedico

Pioniergeist und Innovation sind fest in den Unternehmenswerten verankert. Das begann bereits vor über 20 Jahren, als Promedico die Mikronährstoffmarke Pure Encapsulations® nach Österreich holte. Pure Encapsulations® bietet ein breites Sortiment an reinen Mikronährstoffen und vereint Erfahrung, Expertise und geprüfte Qualität in jeder Kapsel. Und sonst nichts. Mit diesem Schritt und einer Vision legte das Grazer Unternehmen den Grundstein für Mikronährstoffe in herausragender Qualität auf dem europäischen Markt, die Leidenschaft für das Thema Gesundheit und hochwertige Produkte. Promedico ist seitdem exklusiver Vertriebspartner der Premium-Mikronährstoffmarke Pure Encapsulations® für Österreich und Deutschland und wagte im Laufe der Jahre immer wieder, neue Strategien auszuprobieren. Heute zählt das Unternehmen rund 140 Mitarbeiter und ist damit ein wertvoller Bestandteil des Wirtschaftsstandortes Graz.

Rückfragehinweis:

Himmelhoch PR, Text und Event

Maja Kirbis

Wohllebengasse 4/6+7, A-1040 Wien

Phone: +43 676 774 5155

E-Mail: maja.kirbis@himmelhoch.at

pro medico Handels GmbH

Cindy Thonhauser

Liebenauer Tangente 6, 8041 Graz

Phone.: +43 664 620 09 50

E-Mail: presse@promedico.at