

All-night Zzz's. (밤새 꿀잠을 위한)

당신이 잠들고, 수면을 유지하며, 가끔 불면증을 완화하는데 도움이 됩니다* 이 특허 출원 중인 포물러는 멜라토닌(melatonin)⁴ 과 발레리안(valerian), 레몬 밤(lemon balm), L-테아닌(theanine)의 독점적인 플렌드를 함유하여 수면을 촉진합니다.

#21400 | 30 비건 소프트젤 캡슐

소매가격: \$25.00 | 회원가격: \$21.25 | PV: 15.50



더 빨리 잠들고, 푹 쉬고 일어나세요



Vegan



Gluten Free

우리가 좋아하는 이유

- 수면-각성 주기를 조절하는 데 도움이 되는 성분인 멜라토닌이(melatonin) 포함되어 있습니다. 멜라토닌은(melatonin) 더 빨리 잠들 수 있도록 임상적으로 입증되었습니다.^{1,2,3}
- 수면을 촉진하고 수면의 질을 개선하기 위해 상승 작용을 하는 발레리안과(valerian) 레몬밤의(lemon balm) 임상 테스트를 거친 블렌드 함유⁵
- 채식주의의 소프트 젤 캡슐

꿈꿔왔던 숙면을 취하세요

DIRECTIONS: Take 1 softgel 30 minutes before bedtime.

Supplement Facts

Serving Size: 1 Softgel

| | Amount Per Serving | % DV |
|--|--------------------|------|
| Melatonin | 2 mg | † |
| Sleep Proprietary Blend | 250 mg | † |
| Valerian extract (root), Lemon balm extract (leaf), L-theanine | | |

†Daily Value (DV) not established.

Other Ingredients: Medium Chain Triglycerides, Silicon Dioxide, Sunflower Lecithin, in a Soft Vegetarian Capsule (Modified Corn Starch, Glycerin, Carrageenan, Sorbitol, Water, Titanium Dioxide, Sodium Copper Chlorophyllin).

Distributed by Shaklee Corporation, 4747 Willow Road, Pleasanton, CA 94588 • Product questions: 925.734.3638

CAUTION: May cause drowsiness. You should not drive or undertake any activity requiring careful attention. Not recommended for use by children. If pregnant, nursing, or taking prescription medication, consult your physician prior to use.

1. Attenburrow, M.E., P.J. Cowen, 및 A.L. Sharpley, 저용량 멜라토닌은(melatonin) 건강한 중년 피험자들의 수면을 개선합니다. Psychopharmacology (Berl), 1996. 126(2): p. 179-81.

2. Wurtman, R.J. 및 I. Zhdanova, 멜라토닌에 의한 수면의 질 개선. Lancet, 1995. 346(8988): p. 1491.

3. Zhdanova, I.V., et al., 저녁에 섭취한 저용량 멜라토닌의 수면 유도 효과. Clin Pharmacol Ther, 1995. 57(5): p. 552-84. Dawson, D., S. Gibbon, 및 P. Singh, 멜라토닌이 코어 체온에 미치는 저체온 효과: 더 나은가요?(The hypothermic effect of melatonin on core body temperature: is more better?) J Pineal Res, 1996. 20(4): p. 192-7.

4. 우리가 뇌에서 자연적으로 만드는 것과 생물학적으로 동일한 합성 멜라토닌.

5. Taavoni, S., N. Nazem Ekbatani, 및 H. Haghani, 발레리안 /레몬밤은 폐경기 동안 수면 장애에 사용됩니다. Complement Ther Clin Pract, 2013. 19(4): p. 193-6.

*다음 설명들은 미국 식품의 약품국에 의해 평가 받지 않았습니다. 본제품은 진단, 치료, 처치 또는 질병 예방을 목적으로 하지않습니다.



자주하는 질문 제품 사용

이 제품은 누가 복용할 수 있나요? 가끔 수면을 지원하고자 하는 모든 성인.

이 제품은 어떻게 작동하나요? Dream Serene은 과학적으로 제조된 성분으로 더 빨리 잠들고 숙면을 취할 수 있도록 도와줍니다.*

이 제품을 어떻게 복용해야 하나요? 취침 30분 전에 수프트젤 1개를 물과 함께 섭취하십시오.

1개 이상의 소프트젤을 복용할 수 있습니까? 아니요. 적절한 사용은 1개의 소프트젤입니다.

이 제품을 매일 밤 복용해도 됩니까? Dream Serene 은 가끔 또는 간헐적으로 불면증에 사용하도록 설계되었습니다. 더 지속적이거나 심각한 수면 장애에 대해서는 의사와 상의해야 합니다.

아침에 졸음이 올까요? 아침에 졸리지 않아야 합니다. 만약 그렇다면, 취침 한 시간전에 소프트젤을 복용하십시오.

어린이가 이 제품을 복용할 수 있습니까? Dream Serene은 성인용으로 설계되었습니다. 의사와 18세 미만의 사용에 대해 상의 하십시오.

Ingredients(재료)

멜라토닌이란 (melatonin) 무엇입니까? 멜라토닌은 수면-각성 주기를 조절하는 신체에서 생성되는 호르몬입니다. 교대 근무, 시차로 인한 피로, 스트레스를 비롯한 많은 요인이 정상적인 수면 주기를 방해할 수 있습니다. 멜라토닌을 복용하면 더 빨리 잠들 수 있도록 임상적으로 입증되었습니다.^{1,2,3} Dream Serene은 순도와 효능을 보장하기 위해 합성 메라토닌을 함유하고 있습니다.

발레리안이란 (valerian) 무엇입니까? 발레리안은 전통적으로 휴식과 수면 지원에 사용되어 온 식물입니다.⁹ 발레리안 뿌리 보충제는 잠드는 데 필요한 시간을 줄이고 수면 문제가 있는 개인의 수면 질을 향상시킬 수 있습니다.¹⁰ 발레리안 뿌리 추출물+ 레몬밤 추출물 블렌드는 수면 개선을 위해 임상 테스트를 거쳤습니다.⁵

레몬밤이란(lemon balm) 무엇입니까? 레몬밤 추출물은 차와 전통 의학에서 두통을 완화하고 감정적 원인으로 인한 불면증을 치료하는 데 사용됩니다. 수면과 기분에 영향을 미치는 것으로 임상적으로 입증되었습니다.^{5,7,8}

발레리안(valerian)과 레몬밤(lemon balm)은 어떻게 함께 작용합니까?
발레리안 과 레몬밤의 시너지 블렌드는 보다 편안한 수면을 촉진합니다.⁵

L-테아닌이란(L-theanine) 무엇입니까?

L-테아닌은 스트레스 반응에 도움이 되는 차잎에서 발견되는 아미노산입니다.⁶

참조

1. Attenburrow, M.E., P.J. Cowen, and A.L. Shorpley, 저용량 메라토닌은 건강한 중년 피험자의 수면을 향상 시킵니다. *Psychopharmacology (Berl)*, 1996. 126(2): p. 179-81.
2. Wurtman, R.J. and I. Zhdanova, 멜라토닌에 의한 수면의 질 향상. *Lancet*, 1995. 346(8988): p. 1491.
3. Zhdanova, I.V., et al., 저녁에 섭취한 저용량 메라토닌의 수면 유도 효과. *Clin Pharmacol Ther*, 1995. 57(5): p. 552-8. Dawson, D., S. Gibbon, and P. Singh, 멜라토닌이 코어체온에 미치는 저체온 효과: 더 나은가요? *J Pineal Res*, 1996. 20(4): p. 192-7.
4. 우리가 뇌에서 자연적으로 만드는 것과 생물학적으로 동일한 합성 멜라토닌.
5. Taavoni, S., N. Nazem Ekbatani, and H. Haghani, 발레리안 /레몬밤은 폐경기 동안 수면 장애에 사용됩니다. *Complement Ther Clin Pract*, 2013. 19(4): p. 193-6.
6. Unno K, Tanida N, Ishii N, Yamamoto H, et al. 학사 실습 중 학생에 대한 테아닌의 항스트레스 효과: 타액 α-아밀라아제 활성, 특성 불안 및 주관적 스트레스 사이의 항의 상관 관계. *Pharmacol Biochem Behav*. 2013 Oct;111:128-35.
7. Shakeri, A., A. Sahebkar, and B. Javadi, Melissa officinalis L. - 전통적인 용도, 식물화학 및 약리학 검토. *J Ethnopharmacol*, 2016. 188: p. 204-28.
8. Scholey, A., et al., 레몬밤 함유 식품의 항스트레스 효과. *영양소*, 2014. 6(11): p. 4805-21.
9. Valerian MedlinePlus.NIH. Accessed in August 2015. <http://nc.nih.gov/health/valerian>
10. 발레리안 뿌리. American Botanical Council. <http://herbalgram.org/resources/herbclip/herbclip-news/2019/valerian/>
11. Leathwood P D, Chaffard F, Heck F., Munoz-Box R. 발레리안 루트의 수용성 추출물(Valeriana officinalis L.) 사람의 수면의 질을 향상시킵니다. *Pharmacol Biochem Behav*. 1982 Jul;17(1):65-71. PubMed PMID:7122669.

*다음 설명들은 미국 식품의 약품국에 의해 평가 받지 않았습니니다. 본제품은 진단, 치료, 처치 또는 질병 예방을 목적으로 하지않습니다.