CERENITY PM

ORTHO MOLECULAR PRODUCTS
Because Efficacy Matters

USAGE RECOMMANDÉ

- *Utilisé comme aide au sommeil*
- *Formulé spécifiquement pour les patients souffrant d'insomnie occasionnelle*

SANTÉ ENDOCRINIENNE

Cerenity PM est une formule complète créée pour les patients aux prises avec une insomnie occasionnelle.

Aperçu

Le corps utilise le sommeil pour se réinitialiser psychologiquement et métaboliquement. Le rythme circadien du corps est régi par une horloge biologique interne avec un cycle approximatif de 24 heures.

5-HTP

La mélatonine, hormone régulatrice du sommeil, a besoin de l'acide aminé essentiel L-tryptophane pour sa conversion. Une carence en L-tryptophane dans l'alimentation peut mener à des taux faibles de mélatonine et de sérotonine, ce qui peut contribuer à des difficultés du sommeil. Le L-tryptophane est transformé en 5-hydroxytryptophane (5-HTP), un intermédiaire d'acide aminé, qui est ensuite converti directement en sérotonine, suivi par une conversion en mélatonine. Bien que le L-tryptophane est l'élément déclencheur dans la production de sérotonine et de mélatonine, un des principaux bienfaits du 5-HTP est sa capacité à franchir facilement la barrière hémato-encéphalique. Cela permet une meilleure synthèse de la mélatonine et de la sérotonine.[1]

Dose recommandée

Adultes: Prendre 3 capsules par jour, avec de la nourriture, ou selon l'avis d'un praticien de soins de santé. Prendre quelques heures avant ou après la prise de médicaments ou de produits de santé naturels. Comme aide au sommeil, prendre 30 à 45 minutes avant le coucher.

Medicinal Ingredients (per capsule)

Vitamine C (acide ascorbique) (USP)	12,5 mg
Niacine (niacinamide) USP	2,5 mg
Vitamine B6 (pyridoxal-5'-phosphate)	2,5 mg
Acide folique ((6S)-5-méthyltétrahydrofolique acide Quatrefolic®, sel de glucosamine)	100 mcg
Calcium (malate dicalcique DimaCal®)	62,5 mg
Magnésium (malate de dimagnésium)	37,5 mg
Zinc (chélate de PVH de zinc TRAACS®)	1,25 mg
Taurine	75 mg
L-5-HTP (l-5-hydroxytryptophane) (*Griffonia simplicifolia*, graine)	37,5 mg
GABA (acide gamma-aminobutyrique PharmaGABAMC, acide glutamique)	37,5 mg
Phosphatidylsérine (lécithine de soya enrichie de phosphatidylsérine)	25 mg

Ingrédients non médicinaux

Hypromellose, cellulose microcristalline, stéarate végétal, dioxyde de silicium.

Sans

Gluten, ni colorants ou arômes artificiels.

Mention de risques

Consulter un praticien de soins de santé avant d'en faire l'usage si vous êtes enceinte ou allaitante; et/ou si vous prenez du carbidopa ou des médicaments/suppléments avec une activité sérotonergique (pouvant inclure, mais sans y être limité, le L-tryptophane, le S-adénosylméthionine (SAMe), le millepertuis commun, les antidépresseurs, les analgésiques, les médicaments en vente libre contre le rhume ou la toux contenant du dextrométhorphane, les antinauséeux et antimigraineux); et/ou si vous êtes incertain de prendre suffisamment de vitamine B12, car une supplémentation en acide folique peut masquer une carence en vitamine B12. Consulter un praticien de soins de santé si l'insomnie persiste de façon continue au-delà de 3 semaines (insomnie chronique), et/ou si les symptômes persistent ou s'aggravent. Cesser l'utilisation et consulter un praticien de soins de santé si vous manifestez des signes de faiblesse, si vous souffrez d'ulcères buccaux ou de douleurs abdominales accompagnées de fortes douleurs musculaires, ou si vous constatez des changements au niveau de la peau. Ne pas utiliser si vous souffrez de sclérodermie. Certaines personnes pourraient souffrir de diarrhée, de nausées, de vomissements, de douleurs abdominales et/ou de somnolence. Faire preuve de prudence si vous utilisez de la machinerie lourde ou tout autre véhicule motorisé, ou si vous participez à une activité qui nécessite de la vigilance mentale. Les personnes sensibles à l'acide nicotinique pourraient manifester des rougeurs sur la peau habituellement légères et passagères.

Ne pas utiliser si le sceau de sécurité est brisé. Ranger dans un contenant étanche à l'air et à l'abri de la lumière.

Afin d'être certain que ce produit vous convienne, toujours lire le libellé d'étiquette et suivre le mode d'emploi.

References

1. Wyatt RJ, Zarcone V, Engelman K. Effects of 5-hydroxytryptophan on the sleep of normal human subjects. *Electronecephalogr* Clin Neurophysiol 1972;30:505-509.