

DEPRESSAME IPERICO MELATONINA

Integratore alimentare a base di Iperico, Melatonina, Griffonia e Olio essenziale di Basilico. La Griffonia e L'Iperico sostengono il naturale tono dell'umore, aiutano il rilassamento ed il benessere mentale. La Melatonina contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno.

Questo integratore è stato formulato in modo tale che i principi attivi delle varie piante, grazie al loro effetto sinergico, garantiscano un'azione notevolmente potenziata

IPERICO (0,3% in IPERICINA): pianta erbacea il cui componente attivo più rappresentativo, l'IPERICINA inibisce la ricaptazione di neurotrasmettitori (serotonina, noradrenalina, dopamina, glutammato, GABA) a livello centrale, avendo così un notevole effetto rasserenante sull'umore. Numerosi studi clinici riportano l'efficacia dell'iperico nei casi di ansia e depressione lieve e moderata (*Linde e Knüppel, 2005*). Diversi studi hanno inoltre evidenziato una eguale efficacia dell'iperico e della benzodiazepina di riferimento (*Shelthon e coll., 2001*). L'iperico risulta più sicuro degli antidepressivi di sintesi e al contrario di questi ultimi non dà assuefazione e dipendenza.

AVVERTENZE: L'iperico non deve essere somministrato contemporaneamente a immunosoppressori, contraccettivi orali, antiasmatici, anticoagulanti, antitumorali, antidepressivi e antivirali.

GRIFFONIA (5 -IDROSSITRIPTOFANO): i semi di questa pianta sono fonte di 5-idrossitriptofano (5-HTP), aminoacido naturale precursore della serotonina, il neurotrasmettitore in grado di migliorare il tono dell'umore e coinvolto nella regolazione del sonno e dell'appetito.

La Griffonia è infatti utilizzata con buoni risultati come antidepressivo naturale per il trattamento della depressione lieve o moderata; negli stati d'ansia; nelle depressioni stagionali e nell'insonnia, in quanto innalza i livelli di serotonina e anche di melatonina, regolarizzando il ciclo sonno-veglia (ritmo circadiano). I semi di griffonia si dimostrano inoltre efficaci nelle situazioni dove è difficile controllare l'impulso della fame, soprattutto quello rivolto a dolci e carboidrati. Per questo viene utilizzata in casi in cui la fame nervosa e compulsiva deve essere regolata e riequilibrata da una maggiore quantità di serotonina, la quale andrà a inibire il segnale della fame riducendo notevolmente il desiderio di zuccheri.

AVVERTENZE: Prima di procedere al suo utilizzo, è sempre meglio consultare un medico ed evitarla in caso di gravidanza, allattamento.

MELATONINA: ormone prodotto naturalmente dall'organismo, la cui funzione è quella di regolare il ciclo sonno-veglia. La sua secrezione viene modulata dalla luce: quando lo stimolo luminoso arriva alla retina viene trasmesso un segnale all'epifisi dove viene inibita la sua secrezione. Il buio, al contrario, ne stimola il rilascio.

Per questo motivo la melatonina ha un picco nelle ore notturne e valori molto più bassi durante il giorno.

La melatonina si è dimostrata efficace soprattutto nei casi di incapacità ad addormentarsi, andando a ripristinare i naturali ritmi biologici dell'organismo. Alcuni disturbi del sonno dipendono infatti soprattutto dallo sfasamento del ciclo di secrezione di questo ormone.

BASILICO: pianta aromatica cui studi hanno dimostrato che può migliorare situazioni di ansia e depressione e ridurre lo stress, sia fisico che emotivo. L'esatto meccanismo d'azione deve ancora essere determinato, sebbene la ricerca abbia dimostrato che il basilico diminuisce la quantità di cortisolo rilasciato durante lo stress senza gli effetti collaterali negativi dei farmaci da prescrizione.

Inoltre è stato dimostrato che i componenti fenolici presenti nella pianta hanno un effetto protettivo ed antiossidante sulle cellule cerebrali, riducendo così gli squilibri dei neurotrasmettitori, indotti da stress, che causano sbalzi d'umore e depressione (*Abdoly et al., 2012*)

DEPRESSAME IPERICO MELATONINA

Food supplement based on Hypericum, Melatonin, Griffonia and Basil essential oil. Griffonia and Hypericum support the natural mood, help relaxation and mental well-being. Melatonin contributes to the reduction of time required for sleep.

This supplement has been formulated in such a way that the active ingredients of various plants, thanks to their synergistic effect, guarantee a greatly enhanced action

HYPERICUM (0.3% HYPERICIN): herbaceous plant whose most representative active component, hypericin, inhibits the reuptake of neurotransmitters (serotonin, norepinephrine, dopamine, glutamate, GABA) at the central level, thus having a considerable calming effect on mood. Numerous clinical studies report the effectiveness of hypericum in cases of anxiety and mild and moderate depression (*Linde and Knüppel, 2005*). Several studies have also shown an equal effectiveness of hypericum and reference benzodiazepine (*Shelthor et al., 2001*). Hypericum is safer than synthetic antidepressants and, on the contrary, it is not addictive.

WARNINGS: Hypericum should not be administered simultaneously with immunosuppressants, oral contraceptives, antiasthma, anticoagulants, anticancer agents, antidepressants and antivirals.

GRIFFONIA (5-HYDROXYTRYPTOPHAN): the seeds of this plant are source of 5-hydroxytryptophan (5-HTP), natural aminoacid precursor of serotonin, the improver mood neurotransmitter which is involved in the regulation of sleep and appetite.

Griffonia is in fact used with good results as a natural antidepressant for the treatment of mild or moderate depression; in states of anxiety; in seasonal depressions and insomnia, as it raises the serotonin and also melatonin levels, regulating the sleep-wake cycle (circadian rhythm). Griffonia seeds are also effective in situations where it is difficult to control the hunger impulse, especially the one aimed at sweets and carbohydrates. This is why it is used in cases in which nervous and compulsive hunger must be regulated and rebalanced by a greater quantity of serotonin, which will inhibit the hunger signal greatly reducing the desire for sugar.

WARNINGS: Before using it, it is always better to consult a doctor and avoid it if you are pregnant or breastfeeding.

MELATONIN: hormone produced naturally by the body, whose function is to regulate the sleep-wake cycle. Its secretion is modulated by light: when the light stimulus reaches the retina, a signal is transmitted to the epiphysis where its secretion is inhibited. On the contrary, darkness stimulates its release.

For this reason melatonin has a peak at night and much lower values during the day.

Melatonin has proved to be effective especially in cases of inability to fall asleep, going to restore the natural biological rhythms of the body. In fact, some sleep disorders mainly depend on the phase shift of this hormone secretion.

BASIL: aromatic plant whose studies have shown that it can improve situations of anxiety and depression and reduce both physical and emotional stress. The exact mechanism of action has yet to be determined, although research has shown that basil decreases the amount of cortisol released during stress without the negative side effects of prescription drugs.

It has also been shown that the phenolic components present in the plant have a protective and antioxidant effect on the brain cells, thus reducing the imbalances of the neurotransmitters, induced by stress, which cause mood swings and depression (*Abdoly et al., 2012*)

TUTTI I DIRITTI RISERVATI, RIPRODUZIONE TOTALE O PARZIALE VIETATA.
ALL RIGHTS RESERVED, TOTAL OR PARTIAL REPRODUCTION PROHIBITED

Spezierie Palazzo Vecchio Dott.Di Massimo S.R.L. Via Vacchereccia 9r, 50122 Firenze