



Complément alimentaire aux extraits naturels de plantes et vitamine B6. Relaxant et calmant, SomniPhyt 30' assure un sommeil paisible et de qualité.

Efficace et rapide, **SomniPhyt 30'** renferme des composés à action spécifique sur l'apaisement et la sérénité, le temps d'endormissement et la qualité du sommeil. Ses ingrédients agissent contre la nervosité, l'anxiété, les troubles du sommeil et les états de déprime.

Retrouver un équilibre biologique et « Réparer » votre sommeil avec SomniPhyt 30'.

→ Action sur l'endormissement :

- **Eschscholzia (*Eschscholzia californica*)** : Le pavot de Californie est originaire de l'Amérique du Nord. Cette plante est un hypnotique naturel : elle apporte un sommeil réparateur et paisible, supprime les difficultés d'endormissement, les cauchemars et les réveils nocturnes. Le pavot de Californie utilisé dans *SomniPhyt 30'* contient en substance active 0,35% de protopine.
- **L-Tryptophane** : Le tryptophane est un acide aminé essentiel précurseur de la mélatonine, hormone de sommeil, et de la sérotonine. Il favorise donc l'endormissement et peut diminuer de près de moitié le temps d'endormissement dans des cas d'insomnie légère et cela même à de faibles doses.
- **Vitamine B6** : La vitamine B6 (ou pyridoxine) est une vitamine hydrosoluble essentielle assurant une bonne communication entre les neurones. Elle est nécessaire à la transformation du tryptophane en vitamine B3 et peut être utile contre certains troubles nerveux.

→ Action antidépressive, calmante et la qualité du sommeil :

- **Griffonia simplicifolia (98% 5-HTP)** : Cette plante originaire d'Afrique de l'Ouest et de l'Asie possède des graines naturellement riches en 5-HTP. Cet acide aminé augmente le taux de sérotonine qui contrôle l'énervement, l'agressivité et réduit la dépression. Le *Griffonia simplicifolia* est ainsi une réponse naturelle extrêmement efficace pour aider à retrouver calme et sérénité.
- **Magnolia (*Magnolia officinalis*)** : Originaire de Chine, le magnolia est traditionnellement utilisé pour traiter l'anxiété, la nervosité et les états de déprime. Des études *in vitro* indiquent que ces effets bénéfiques seraient attribuables à sa teneur en magnolol et honokiol. Une très récente étude, datant de 2008, a mis en évidence l'action antidépressive de la combinaison magnolol-honokiol. Le magnolia utilisé dans *SomniPhyt 30'* contient en substance active 50% de magnolol-honokiol.
- **L-Théanine** : La théanine est un acide aminé que l'on trouve dans le thé et qui a des effets calmants. La L-théanine influe sur la libération et la concentration de différents neurotransmetteurs. Elle augmente les niveaux de la dopamine, peut soit élever soit abaisser ceux de sérotonine et augmente ceux de l'acide gamma-amino-butérique (le GABA) dans le cerveau. En favorisant une sensation de relaxation et de bien-être sans interférer avec les capacités cognitives, la L-théanine permet d'augmenter la concentration et la détermination. L-théanine favorise efficacement la relaxation mentale et soulage la sensation de fatigue. Elle améliore la qualité et la profondeur du sommeil, l'état de rêve sans augmenter la durée du sommeil ni provoquer d'abrutissement au réveil.
- **Millepertuis (*Hypericum perforatum*)** : Originaire d'Europe, le millepertuis ou fleur de Saint-Jean est un antidépresseur naturel et un anxiolytique. L'hypericine et l'hyperforine sont les substances actives responsables des effets bénéfiques du millepertuis sur les états de déprime, l'anxiété et l'agitation nerveuse. Le millepertuis utilisé dans *SomniPhyt 30'* contient en substance active 0,3% d'hypericine.

Composition pour 3 comprimés :

	%AJR
Extrait de <i>Griffonia simplicifolia</i> à 98% de 5-HTP	200 mg
Extrait de <i>Magnolia (<i>Magnolia officinalis</i>)</i> à 50% de magnolol-honokiol	200 mg
Extrait d' <i>Eschscholtzia (<i>Eschscholzia californica</i>)</i> à 0,35% de protopine	140 mg
L-Théanine	80 mg
L-Tryptophane	20 mg
Extrait de Millepertuis (<i>Hypericum perforatum</i>) à 0,3% d'hypericine	14 mg
Vitamine B6	2 mg
	142,9%

Ingrédients : Extrait de *Griffonia simplicifolia*, extrait de magnolia (*Magnolia officinalis*), arôme myrtille, extrait d'*eschscholtzia (*Eschscholtzia californica*)*, agents de charge : acide tartarique, carbonate de calcium, L-Théanine, sucrant : fructose, arôme fruits des bois, agents de charge : stéarate de magnésium, cellulose microcristalline, L-Tryptophane, extrait de millepertuis (*Hypericum perforatum*), sucrant : sucralose, arôme myrtille zanardi Plv, vitamine B6.

Conseils d'utilisation : Prendre 1 à 2 comprimés par jour à faire fondre sous la langue avant le coucher.

SOMNIPHYT'30 :

Boîte de 10 comprimés - Réf. : PHSV048

Boîte de 30 comprimés - Réf. : PHSV060

Décembre 2009

FICHE TECHNIQUE CONFIDENTIELLE À USAGE PROFESSIONNEL UNIQUEMENT. CET USAGE DOIT ÊTRE PERSONNEL AU DISTRIBUTEUR ET STRICTEMENT RÉSERVÉ À L'EXÉCUTION DE SON ACTIVITÉ ET DE LA PRÉSENTATION ET LA VENTE DES PRODUITS DE SANTÉ VERTE AUQUEL ILS SE RATTACHENT. TOUT AUTRE USAGE ET TOUTE REPRODUCTION SONT INTERDITS.

Décembre 2009