

# Сонобарбовал® Капс

Інструкція з використання

**Сонобарбовал® Капс**

Дієтична добавка

Тверді капсули з гіпромелози

**Назва:** дієтична добавка «Сонобарбовал® Капс».

**1 тверда капсула містить:** ГАМК (гамма-аміномасляна кислота); звіробій (екстракт звіробою з **мальтодекстрином**); екстракт валеріани водно-спиртовий сухий; магнію бісгліцинат; целюлоза мікрокристалічна; мелатонін; антиспікаючі агенти: магнію стеарат, кремнію діоксид колоїдний безводний; вітамін В<sub>6</sub> (у вигляді піридоксину гідрохлориду); вітамін В<sub>12</sub> 0,1% (**мальтодекстрин**, натрію цитрат, лимонна кислота, ціанокобаламін); тверда капсула: гіпромелоза, барвники (азорубін-кармоїзин, патентований синій V).

Активні інгредієнти	1 капсула містить
ГАМК (гамма-аміномасляна кислота)	175 мг (mg)
Звіробій (екстракт звіробою з <b>мальтодекстрином</b> )	100 мг (mg)
Екстракт валеріани водно-спиртовий сухий	62,5 мг (mg)
Мелатонін	3 мг (mg)
Вітамін В <sub>6</sub> (у вигляді піридоксину гідрохлориду)	1 мг (mg)
Вітамін В <sub>12</sub> 0,1% ( <b>мальтодекстрин</b> , натрію цитрат, лимонна кислота, ціанокобаламін) в перерахунку на вітамін В <sub>12</sub>	1,5 мкг (µg)

**Інші інгредієнти** Магнію бісгліцинат – 51,28 мг (mg) в перерахунку на магній – 10 мг (mg)

**Рекомендації до споживання:** може бути рекомендована до раціону харчування як додаткове джерело біологічно активних речовин, які сприяють

- ✓ скороченню періоду засинання,
- ✓ покращенню якості сну,
- ✓ нормалізації функціонального стану нервової системи.

За рахунок властивостей компонентів володіє заспокійливими властивостями.

Не містить цукру, може бути рекомендована хворим на цукровий діабет.

Більше інформації на [www.sonobarboval.ua](http://www.sonobarboval.ua)

**НАУКОВО ДОВЕДЕНІ ВЛАСТИВОСТІ ІНГРЕДІЄНТІВ ДІЄТИЧНОЇ ДОБАВКИ Сонобарбовал® Капс:**

**Мелатонін** сприяє скороченню часу, необхідного для засинання, допомагає пом'якшити неприємні відчуття, пов'язані зі зміною часових поясів.

Мелатонін – біогенний амін, синтезований з рослинних амінокислот, який відповідає за регулювання різних біологічних функцій, включаючи процес засинання і безсоння. Мелатонін сприяє нормалізації природного сну, адаптації організму до зміни часових поясів, уповільнює процеси старіння організму, забезпечує ефективну роботу ендокринної системи організму, стимулює захисні функції імунної системи організму. Має антиоксидантну дію, допомагає організму боротися зі стресом і виникненням сезонної депресії. Регулює роботу серцево-судинної системи і рівень кров'яного тиску, бере участь в роботі травної системи організму.

З віком у людини зменшується утворення мелатоніну в організмі, що є фактором ризику розвитку порушень сну, таких як нічні пробудження, погіршення якості сну, безсоння. Мелатонін не накопичується в організмі. Додаткове споживання мелатоніну сприятиме регулюванню і поліпшенню сну, а також може мати антистресовий ефект, покращуючи настрій та психічний стан.

**ГАМК** (гамма-аміномасляна кислота) має природний заспокійливий ефект; зменшує почуття тривоги і страху. Ця амінокислота, яка є найпоширенішим гальмівним нейромедіатором в центральній нервовій системі, є антагоністом збуджуючого медіатора глутамату. Вона також є живильним субстратом для нервових клітин і допомагає зменшити втрату уваги, сприяє контролю за руховою функцією та емоційними реакціями в організмі людини. ГАМК оптимізує споживання кисню та глюкози нервовими клітинами, поліпшуючи енергетичний метаболізм нейронів.

**Екстракт звіробою** має антидепресантну дію, підвищує рівень серотоніну в центральній нервовій системі.



**Mg**

**Магнію бісгліцинат** – це сполука, яка розщеплюється у кишечнику на іони магнію та гліцин. Магній зміцнює нервову систему, сприяє зменшенню втоми та стомлюваності, допомагає у правильному функціонуванні м'язів та сприяє підтримці росту і розвитку зубів та кісток. Гліцин – одна із двадцяти амінокислот, що входять до складу білків. У центральній нервовій системі гліцин відіграє роль основного нейромедіатора. Він поліпшує обмін речовин у головному мозку, регулює активність глутаматних рецепторів, зменшуючи психоемоційну напругу, агресивність та конфліктність, покращує настрій та соціальну адаптацію, сприяє засинанню та покращенню якості сну. Він також стимулює інтелектуальні функції та сприяє відновленню вегетативного балансу.

**B6**

**Вітамін В<sub>6</sub>** сприяє нормалізації психічної діяльності, зниженню втоми та втомлюваності, сприяє нормальному енергетичному метаболізму, нормальній роботі нервової системи, нормальному метаболізму білків та глікогену, нормальній роботі імунної системи, сприяє регуляції гормональної активності. Вітамін В<sub>6</sub> також стимулює фізичну працездатність, підтримує функцію нервової та імунної систем, сприяє зниженню холестерину низької щільності у крові. Він бере участь у білковому обміні, в синтезі амінокислот і нейромедіаторів, які передають нервові імпульси.

**Комбінація магнію з вітаміном В<sub>6</sub>** сприяє зниженню дратівливості, нервозності, нормалізації сну, попереджає серцево-судинні захворювання, нормалізує обмін речовин, підвищує захисні сили організму, а також поліпшує кровотік в нирках та прискорює виведення токсинів.

**B12**

**Вітамін В<sub>12</sub>** сприяє зниженню втоми та втомлюваності для підтримки бадьорого настрою після сну та протягом дня, нормальному енергетичному метаболізму, нормальній роботі нервової системи, метаболізму гомоцистеїну, нормальній психічній діяльності, нормальній роботі імунної системи.



**Екстракт валеріани** зменшує збудливість центральної нервової системи та має виражений заспокійливий ефект.

**Спосіб споживання та рекомендована добова кількість:**

за 30 хвилин до сну споживати:

- ✓ дорослим та дітям старше 12 років 2-3 капсули;
- ✓ дітям віком від 6 до 12 років 1 капсулу.

Капсулу не розжовувати, запивати достатньою кількістю води.

Максимальна добова кількість – 3 капсули.

Іншу добову кількість – за рекомендацією лікаря.

**Тривалість споживання:** за рекомендацією лікаря.

**Застереження щодо споживання:** підвищена чутливість до окремих компонентів продукту.

Не рекомендується споживати дітям до 6 років, під час вагітності та годування груддю.

Перед споживанням рекомендована консультація лікаря.

Не перевищувати зазначену рекомендовану кількість для щоденного споживання.

Добавку дієтичну не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування.

Не споживати після закінчення терміну придатності, зазначеного на упаковці.

**Форма випуску:** тверді капсули з гіпромелози; по 10 капсул у блістері, по 2 блістери у пацці.

**Номер партії виробництва:** вказано на упаковці.

**Мінімальний термін придатності:** краще спожити до кінця дати, зазначеної на упаковці, термін придатності – 2 роки.

**Умови зберігання:** зберігати в оригінальній упаковці при температурі не вище 25 °С, в недоступному для дітей місці.

**Виробник:** АТ «Фармак», Україна, 04080, м. Київ, вул. Кирилівська, 63.

**Найменування та місцезнаходження оператора ринку (прийняття претензій від споживачів):** АТ «Фармак», Україна, 04080, м. Київ, вул. Кирилівська, 63.

Тел.: +38 (044) 239 19 40.

Без ГМО.

**Не є лікарським засобом.**

**Дата останнього перегляду:** 17.07.2024.

Farmak



Сонобарбовал® Капс