

## Brain-relax

art 127.00

### bij innerlijke onrust

Bevat per 2 capsules:		%ADH
<b>Kruiden-, plantenbestanddelen</b>		
- Glidkruid (scutellaria lateriflora)	200 mg	
- Hop (humulus lupulus)	200 mg	
- Valeriaan (valeriana off.)	200 mg	
<b>Mineralen (elementaire hoeveelheid)</b>		
- Magnesium (citraat)	100 mg	33

Standaardisatie: Valeriaan 0,8%valeriaanzuur

#### Gegarandeerd vrij van:

Suiker, gist, lactose, gluten, niet natuurlijke conserveermiddelen, synthetische kleur-, geur-, smaakstoffen en dierlijke bestanddelen. Geschikt voor vegetariërs en veganisten. Dit product is GMO vrij en hypo-allergeen.

#### Verpakking:

60 V-caps

#### Dosering en gebruik:

Aanbevolen dosering 2 x daags 1-2 capsules, bij voorkeur voor de maaltijd. Niet gebruiken bij kinderen tot jaar en bij zwangerschap en borstvoeding. Niet gebruiken voor lever- en nierpatiënten. Droog en bij kamertemperatuur bewaren, buiten bereik van kinderen.

In verband met regelgeving en de therapeutische toepassing van supplementen kunnen dosering en gebruik op het etiket afwijken van hetgeen hier is aangegeven.

#### Algemene omschrijving:

Brain-relax is een rustgevende formule met 3 kruidenextracten die een aanvullende werking op elkaar hebben. Magnesium ondersteunt de formule. Glidkruid (scutellaria lateriflora) behoort tot de muntfamilie labiatae, die groeit in Noord-Amerika en wordt gecultiveerd in Europa. De belangrijkste stoffen in glidkruid zijn de glycosides: scuttelonin, scuttellanein en scutellaria lateriflora. De laatste wordt ook wel Amerikaanse scullcap genoemd en mag niet verward worden met scutellaria baicalensis die gebruikt wordt voor o.a. allergieën en bronchitis. Glidkruid komt het best tot zijn recht in een formule met valeriaan. In Brain-relax bevindt zich een gestandaardiseerde versie van valeriaan.

Van dit kruid is reeds lang bekend dat het een duidelijke werking heeft op het zenuwstelsel. Deze werking lijkt vooral te berusten op een verhoging van de activiteit van GABA (gamma amino butyric acid), een sederende neurotransmitter.

Hop werd vroeger in Europa voornamelijk gebruikt als tonic, diureticum of aromatisch bitter.

Het gebruik van hop als rustgever is van recentere datum, toen bleek dat hopplukkers tijdens het plukken rustiger werden. De belangrijkste werkzame stof in hop is 2-methyl-3buten-2-ol.

Een tekort aan magnesium, de laatste component, kan klachten als depressie, slapeloosheid, angst en nervositeit veroorzaken. Brain-relax kan samen gebruikt worden met Brain-mood of Brain-energy.

