

# REGU-NUIT- 180 gel - Sédatif Antispasmodique - BIO-Vega - INFINIE SANTE

**Produit** REGU-NUIT- 180 gel - Sédatif Antispasmodique - BIO-Vega

**Prix** 18.00 EUR

**Image produit**



**Résumé** REGU-NUIT est une solution naturelle à base de plantes (la valériane) pour retrouver un sommeil de qualité. Sans dépendance ni accoutumance. Sédatif Antispasmodique Analgésique Carminatif Stimulant cérébral. Contenance : 180gél. 325mg/gél. Utiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

**Description**

Choix des composants : Le sommeil occupe le tiers de notre vie ! Indispensable à la récupération de nos forces physiques et psychiques, il est essentiel à une bonne qualité de vie. Savoir identifier les causes des troubles du sommeil vous permettra d'adopter le bon comportement et de réduire la gêne. REGU-NUIT est une solution naturelle à base de plantes (la valériane) pour retrouver un sommeil de qualité. Sans dépendance ni accoutumance. Notre extrait de valériane (*Valeriana officinalis*) est un extrait concentré 6:1. Cela signifie que pour produire une seule gélule de 355 mg, 2130 mg de poudre de valériane ont été utilisés. Il s'agit donc d'un extrait hautement concentré et titré !

- Pilulier de 180 gélules. Grande plante à l'odeur particulière, la valériane – également appelée "la plante des mille et une nuits" – est prisee depuis fort longtemps par les herboristes et autres praticiens pour ses multiples propriétés thérapeutiques. Elle est notamment utilisée depuis des millénaires pour traiter les troubles du sommeil, le stress et l'anxiété. Astuce : Avant le coucher limitez l'usage des écrans (télévision, tablette, smartphone). Privilégiez les activités relaxantes et réduisez l'intensité lumineuse de vos pièces de vie.

Posologie : 1 gélule 30-60 minutes avant le coucher (fournit une dose équivalente de 2130 mg de *Valeriana officinalis*).

Composition : • Valériane (*Valeriana officinalis*) : 355 mg (6:1, QBE\* 2130 mg)\* Quantité équivalent à 2130 mg • Cellulose, gélatine. Les ingrédients non-médicinaux sont ajoutés pour améliorer la biodisponibilité (l'absorption par le système digestif) des principes actifs.

Conseils : La consommation en combinaison avec des boissons alcoolisées ou tout autre médicament ou produit de santé naturel ayant des effets sédatifs est déconseillée. La valériane induit le sommeil. Faire preuve de prudence si vous prévoyez d'utiliser de la machinerie lourde ou tout autre véhicule motorisé ou si vous devez entreprendre des activités qui requièrent de la vigilance dans les deux heures qui suivent la prise de Regu-Nuit. Consulter un professionnel de santé : • si l'insomnie persiste au-delà de 3 semaines (insomnie chronique). • les symptômes persistent ou s'aggravent. Les compléments alimentaires ne peuvent en aucun cas se substituer à un régime d'alimentation variée et équilibrée. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de portée des enfants. Pour les femmes enceintes et allaitantes, les enfants ou les personnes sous traitement médical toujours demander l'avis d'un professionnel de santé.