

Yeterli melatonin, iyi bir uyku için olmazsa olmazdır. Sağlıklı ve verimli bir uyku için vücudun biyolojik ritminin doğru çalışıyor olması oldukça önemlidir. Yeterince melatonin salgılanmadığında uykusuzluk ve uykusuzluğa bağlı çeşitli sorunlar ortaya çıkabilmektedir.

**One More Melatonin Plus ürünü tam bu noktada günlük melatonin ihtiyacını karşılamak için muazzam bir üründür.**

One More  
**melatonin**  
plus

#### Ürünü Kullanırken:

- Sadece vücuda direkt olarak uygulayın.
- Göz ve vücudun diğer hassas noktaları ile temastan kaçının.
- Yanık ve yaralı yere uygulamayın.
- Hamilelik durumunda dikkatli kullanın.
- Sadece dış kullanım içindir.
- Çalışırken veya araç kullanırken uygulamayın.

#### Kullanım Talimatları

- Önceden temizlenmiş kuru ve tüysüz cilt üzerine uygulanmalıdır.
- Bandı paketinden çıkartın.
- Saydam filmi bandın üzerinden çıkartın.
- Uykuya dalmadan bir saat önce nazıkçe kulak arkası veya alın bölgesine yapıştırın.
- Sekiz saatlik uygulamadan sonra bandı vücunuzdan çıkartın.

#### İÇİNDEKİLER:

- 4.4 MG MELATONİN
- LAVANTA ÖZÜ YAĞI
- GÜL ÖZÜ YAĞI

One More  
**melatonin**  
plus

✓ Çocukların erişemeyeği yerlerde muhafaza ediniz.

✓ Direkt olarak güneş ışığına maruz bırakmayınız.

✓ Kuru ve serin yerde muhafaza ediniz.

www.onemoreinternational.com

One More  
**melatonin**  
plus

Uyku düzenleyici  
ve anti-aging  
etkisi

www.onemoreinternational.com

## One More Melatonin Plus Nedir?

*Beyindeki epifiz bezi (pineal gland) tarafından salgılanan melatonin, genel olarak vücudun biy ritmini düzenlemeye yarayan bir hormondur.*

Doğal bir nörotransmitter olarak sınıflandırılır. Genç ve orta yaşlı yetişkinlerde 5 ila 20 mikrogram düzeyinde salgılanan bu hormonun üretimi 45 yaşından sonra azalmaya başlar.

www.onemoreinternational.com

Melatonin hormonu, ışığa duyarlı bir hormondur. Az ışıklı ortamlarda salgılanabilir ve verimli olarak salgılanabilmesi için karanlığa ihtiyaç duyar.

Kişiden kişiye değişiklik gösterebilmesine karşın, genel olarak insanlar saat 23.00 ile 05.00 saatleri arasında melatonin salgırlar ve bu saatlerde kandaki melatonin konsantrasyonu 3 ile 10 kat kadar artar.

***Gece boyunca sentezlenen melatonin ile uyandığınızda dinlenmiş ve zinde olduğunuzu farkedeceksiniz.***

Bunun yanında, kış mevsiminde daha çok salgılanan melatonin üretimi, güneşli ve aydınlık yaz günlerinde azalmaktadır.

Vücutta birçok biyolojik ve fizyolojik süreci etkilediği bilinen melatonin hormonu, uyku bozukluklarından psikolojik rahatsızlıklara kadar pek çok durumu doğrudan etkileyebilmektedir.

Uzun uçak yolculukları sonrası yaşanan Jetlag belirtilerinin ortaya çıkmasının sebebi de, melatonin üretiminin sekteye uğramasıdır.

Vücudun sağlıklı bir şekilde melatonin salgılayabilmesi için, geceleri tamamen karanlık bir ortamda uyumak oldukça önemlidir.



## MELATONİN NE İŞE YARAR?

*Melatonin, genel olarak vücudun biy ritmini düzenleyen önemli bir hormon olduğundan dolayı, pek çok fizyolojik işlev üzerinde etkilidir.*

*Melatonin, vücutta bir antioksidan olarak da işlev görür. Enfeksiyon, enflamasyon ve bağışıklık sistemi hastalıklarına karşı korunmada oldukça etkilidir.*