



ANSIOWIN

CONTENUTI MEDI	PER DOSE DA 1 ML	PER 2 COMPRESSE
Teanina	100 mg	200 mg
Melatonina	1 mg	1 mg
Valeriana radice e.s. - di cui acidi valerениci	30 mg 0,24 mg	60 mg 0,48 mg
KSM-66® ashwagandha radice e.s. - di cui witanolidi	40 mg 2 mg	40 mg 2 mg

Confezioni: gocce da 20 ml - 30 compresse orosolubili

Modalità d'uso:

Gocce: per alleviare ansia e stress si consiglia l'assunzione di 0,5 ml due volte al giorno; per favorire il riposo notturno si consiglia di assumere 1 ml prima di coricarsi. Da misurare con la pipetta contagocce e diluire in poca acqua. Agitare prima dell'uso.

Compresse: assumere 1-2 compresse al giorno. La compressa si scioglie in bocca a contatto con la saliva, non masticare.



**SENZA
ZUCCHERO**



**SENZA
GLUTINE**



**SENZA
LATTOSIO**

Ingredienti gocce: acqua depurata; L-teanina (da *Camellia sinensis* L. Kuntze, foglie); glicerolo; KSM-66® ashwagandha e.s. (*Withania somnifera* L., radice) tit. 5% in witanolidi; valeriana e.s. (*Valeriana officinalis* L., radice) tit. 0,8% in acidi valerениci; mandarino (*Citrus reticulata* Blanco, olio essenziale); conservanti: sodio benzoato, potassio sorbato; acidificante: acido citrico; melatonina; addensante: gomma xanthan; edulcoranti: sucralosio, acesulfame K.

Ingredienti compresse: edulcoranti: sorbitolo, glicosidi steviolici; L-Teanina, Valeriana (*Valeriana officinalis* L.) radice estratto secco tit. 0,8% in acidi valerениci, Ashwagandha (*Withania somnifera* (L.) Dunal) radice estratto secco tit. 5% in witanolidi, agenti antiagglomeranti: carbossimetilcellulosa sodica reticolata, biossido di silicio, sali di magnesio degli acidi grassi; correttore di acidità: acido citrico; aroma, melatonina.

Bibliografia:

Lu K., Gray M.A., Oliver C., Liley D.T., et al. The acute effects of L-theanine in comparison with alprazolam on anticipatory anxiety in humans. *Psychopharmacol*, 2004 Oct; 19(7):457-65.

Leathwood P.D. et al. Aqueous extract of valerian root (*Valeriana officinalis* L.) improves sleep quality in man. *Pharmacol. Biochem. Behav.* 17, 65-71, 1982.

Ortiz J.G. et al. Effects of *Valeriana officinalis* extracts on [3H]flunitrazepam binding, synaptosomal [3H]GABA uptake, and hippocampal [3H]GABA release. *Neurochem. Res.* 24, 1373-1378, 1999.

Murphy KI, Kubin ZJ, Shepherd JN, Ettinger RH. *Valeriana officinalis* root extracts have potent anxiolytic effects in laboratory rats. *Phytomedicine*. 2010 Jul;17(8-9):674-8.

Ramharter JJ, Mulzer J. Total synthesis of valerianic acid, a potent GABAA receptor modulator. *Org Lett*. 2009 Mar 5;11(5):1151-3.

Khom SI, Baburin I, Timin E, Hohaus A, Trauner G, Kopp B, Hering S. Valerianic acid potentiates and inhibits GABA(A) receptors: molecular mechanism and subunit specificity. *Neuropharmacology*. 2007 Jul;53(1):178-87.

Dadkar VN, Ranadive NU, Dhar HL. Evaluation of antistress (adaptogen) activity of *Withania somnifera* (Ashwagandha). *Ind J Clin Biochem* 1987;2:101-108.

Archana R, Namasivayan A. Antistressor effect of *Withania somnifera*. *J Ethnopharmacol* 1999;64:91-93.

Chandrasekhar, K., Kapoor, J., & Anishetty, S. A prospective, randomized double-blind, placebo-controlled study of safety and efficacy of a high-concentration full-spectrum extract of Ashwagandha root in reducing stress and anxiety in adults. (2012) *Indian journal of psychological medicine*, 34(3), 255.

Poza JJ, Pujol M2, Ortega-Albás JJ3, Romero O. Melatonin in sleep disorders. *Neurologia*. 2018 Nov 19.

Pratte M.A., Nanavati K.B., Young V., Morley C.P. An Alternative Treatment for Anxiety: A Systematic Review of Human Trial Results Reported for the Ayurvedic Herb Ashwagandha (*Withania somnifera*). *J Altern Complement Med*. 2014 Dec 1; 20(12): 901-908.

Choudhary D., Bhattacharya S., Joshi K. Body Weight Management in Adults Under Chronic Stress Through Treatment With Ashwagandha Root Extract. *J Evid Based Complementary Altern Med*. 2017 Jan; 22(1): 96-106.



ANSIOWIN

PHARMAWIN



**ANSIA, STRESS
E DISTURBI DEL SONNO**



ANSIOWIN

Integratore alimentare ideale per

COMBATTERE STATI DI ANSIA E STRESS E MIGLIORARE LA QUALITA' DEL SONNO



UTILE NEI CASI DI:

STATI DI ANSIA E PICCHI DI STRESS

INSONNIA

DIFFICOLTA' NELL' ADDORMENTARSI

RISVEGLI NOTTURNI

JET LAG E LAVORI NOTTURNI

MENO STRESS E MIGLIOR SONNO SENZA INDURRE ASSUEFAZIONE

