

**Ingrédients médicinaux : Chaque pastille contient:**

Mélatonine (N-acétyl-5-méthoxytryptamine) ..... 10 mg  
 Vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine) ..... 10 mg

**Ingrédients non-médicinaux :** Phosphate de calcium (di-basique, anhydre), acide citrique, Crospovidone, D-mannitol, arôme, stéarate de magnésium, cellulose microcristalline, extrait de feuilles de stévia, xylitol.

**Posologie (adultes) :** Pour le décalage horaire: Prenez 1 lozengé une fois par jour au coucher, après l'obscurité, en voyageant et à destination jusqu'à l'adaptation au nouveau modèle quotidien. Pour les restrictions de sommeil / calendrier de sommeil modifié, trouble de phase de sommeil retardé ou cycle de sommeil-réveil: Prenez 1 pastilles une fois par jour, au coucher ou avant le coucher. Ne conduisez pas ou n'utilisez pas de machines pendant 5 heures après avoir pris de la mélatonine.

**Durée d'utilisation recommandée :** Décalage horaire: Pour une utilisation occasionnelle à court terme. Pour les restrictions de sommeil / calendrier de sommeil modifié; Désordre de phase de sommeil retardé ou cycle de sommeil-réveil: Pour une utilisation au-delà de 4 semaines, consultez un professionnel de la santé.

**Mise en garde :** Il n'est pas recommandé de prendre ce produit avec de l'alcool, d'autres médicaments ou des produits de santé naturels ayant des effets sédatifs. Avant d'utiliser ce produit, consultez un professionnel de la santé si vous prenez l'un de ces médicaments: anticoagulant, anticonvulsant, médicament pour l'hypertension artérielle, médicament immunosuppresseur, sédatif, somnifère ou psychotrope. Avant d'utiliser ce produit, consultez un professionnel de la santé si vous souffrez de l'un des troubles de santé suivants: asthme, cardiopathie, néphropathie chronique, dépression, diabète ou hypoglycémie, problèmes hormonaux, troubles du système immunitaire, maladie du foie, migraine ou troubles épileptiques. Consultez un professionnel de la santé si les symptômes persistent pour plus de 4 semaines (insomnie chronique).

**Contre-indications :** Ne pas prendre ce produit si vous êtes enceinte ou si vous allaitez.

**Effets indésirables connus:** Les symptômes bénins gastro-intestinaux (nausées, vomissements, crampes ou) ou des réactions allergiques rares ont été connus de se produire dans ce cas, cesser l'utilisation.

Conserver à température ambiante dans un endroit sec et sombre. Garder hors de la portée des enfants. Scellé pour votre sécurité.

**Recommended use:** Helps increase the total sleep time (aspect of sleep quality) in people suffering from sleep restriction or altered sleep schedule, e.g. shift-work and jet lag. Helps to prevent and/or reduce the effects of jet lag (e.g. daytime fatigue, sleep disturbance) for people travelling by plane easterly across two or more time zones. Helps to reduce the time it takes to fall asleep (sleep onset latency aspect of sleep quality) in people with delayed sleep phase disorder. Helps re-set the body's sleep-wake cycle (aspect of the circadian rhythm).

**Medicinal ingredients: Each lozenge contains:**

Melatonin (N-acetyl-5-methoxytryptamine) ..... 10 mg  
 Vitamin B6 (Pyridoxine hydrochloride) ..... 10 mg

**Non-medicinal ingredients:** Calcium phosphate (di-basic, anhydrous), citric acid, Crospovidone, D-Mannitol, flavour, magnesium stearate, microcrystalline cellulose, stevia leaf extract, xylitol.

**Recommended dose (adults):** For jet lag: Take 1 lozenge once a day at bedtime after darkness has fallen, while travelling, and at destination until adaptation to the new daily pattern. For sleep restrictions/altered sleep schedule, delayed sleep phase disorder or sleep-wake cycle: Take 1 lozenge once a day, at or before bedtime. Do not drive or use machinery for 5 hours after taking melatonin.

**Recommended duration of use:** Jet lag: for occasional short-term use. For sleep restrictions/altered sleep schedule; delayed sleep phase disorder or sleep-wake cycle: for use beyond 4 weeks, consult a health care practitioner.

*Only available from health care professionals.  
 Seulement disponible via un professionnel de la santé.*



# Mélatonin B6

## Sleep Formula Formule de Sommeil



NPN 80066072

*Peel here for more information/ Tirer ici pour plus de renseignement.* →

**Caution/Warnings:** Consumption with alcohol, other medications, or natural health products with sedative properties is not recommended. If you are taking one of the following medications, consult a health care practitioner prior to use: anticoagulant, anticonvulsant, blood pressure medications, immunosuppressive medications, sedatives, hypnotic or psychotropic. If you have one of the following conditions, consult a health care practitioner prior to use: asthma, cardiovascular disease, chronic kidney disease, depression, diabetes or hypoglycaemia, hormonal disorder, immune system disease, liver disease, migraine, or seizure disorders. If symptoms persist continuously for more than 4 weeks (chronic insomnia), consult your health care practitioner.

**Contraindications:** Do not use if pregnant or breastfeeding.

**Known adverse reactions:** Mild gastrointestinal symptoms (nausea, vomiting, or cramping) or rare allergic reactions have been known to occur in which case, discontinue use. Keep at room temperature in a dry, dark place. Keep out of reach of children. Safety sealed for your protection.

**Usage :** Aide à augmenter la durée totale du sommeil (aspect de la qualité du sommeil) chez les personnes souffrant de restriction du sommeil ou d'horaire altéré du sommeil, par exemple, travail posté et le décalage horaire. Aide à prévenir et/ou réduire les effets du décalage horaire (par exemple, fatigue diurne, troubles du sommeil) pour les personnes voyageant en avion est, à travers deux ou plusieurs fuseaux horaires. Aide à réduire le temps qu'il faut pour s'endormir (endormissement aspect de latence de la qualité du sommeil) chez les personnes atteintes syndrome de retard de phase du sommeil. Aide à re- mis le cycle sommeil - de semaine de l'organisme (aspect du rythme circadien).

Distributed by/Distribué par:  
 Biomed International Products Corp.  
 102-3738 North Fraser Way, Burnaby, BC, V5G 5G7 Canada  
 1-800-665-8308 | biomedicine.com

L:  
 Exp: