



De Knock-Out Editie.

Een Natuurlijke & Effectieve Slaap Booster.

Voedingssupplement

Gebruiken bij

Ondersteunt de belangrijkste neurotransmitters in ons brein. Slecht in slaap komen en/of in slaap blijven. Stress. Angst gevoelens.

Dosering en gebruik

Een shot van de knock-out editie kan het beste rond het middaguur worden ingenomen en werkt ongeveer na 2 – 4 uur. Vanwege de late **on-set** kan het beter niet na 18:00 uur worden ingenomen. Neem nooit meer dan 2 doseringen per dag. Door de opbouw van tolerantie voor de actieve ingrediënten, is de knock-out editie niet geschikt om meer dan vijf dagen achter elkaar te gebruiken.

Niet geschikt voor kinderen tot 2 jaar.

Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

Dit product is niet geschikt voor vrouwen die zwanger zijn of borst voeding geven.

Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor een van de componenten.

Combinatie met andere producten

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw arts of apotheker.

Verdraagbaarheid

In de aanbevolen hoeveelheden wordt het product in het algemeen prima verdragen.

Ingrediënten

Aminozuren, Water, Plantaardige Glycerine, Magnesium, Natriumbicarbonaat.

Bewaren

Koel bewaren, bewaarde knock-out editie in de koelkast tussen de 3 en 7 °C.

Verpakking

De knock-out editie is verkrijgbaar in een kartonnen verpakking.

Persoonlijk advies

We kennen allemaal de bouwstenen voor een gezond leven: gevarieerde en gezonde voeding, verantwoord

bewegen en voldoende afwisseling in werk en ontspanning. Als het nodig is, helpt de knock-out editie bij het rustig worden, het ontspannen en relaxing zodat uw hersens niet op hol slaan.

Tips voor een goede nachtrust

- Zorg ervoor dat je een regulier slaap schema aanhoudt.
(Voorbeeld: ga elke dag naar bed om 10 uur, en ga elke dag om 7 uur uw bed uit, ook al heb je maar een paar uur geslapen.)
- Maak uw kamer zo donker mogelijk, voor een optimale slaap ervaring.
- Gebruik een slaap masker wanneer u uw kamer niet donker kan maken, dit is een goedkope oplossing t.o.v. verduisterende gordijnen.
- Zet uw slaapkamer temperatuur op 18.3 °C, dit is de ideale temperatuur om in slaap te vallen. Uw lichaam moet namelijk 2 tot 3 graden afkoelen om in slaap te vallen.

- Vermijd blauw licht minimaal een uur voordat u naar bed gaat. U zou eventueel blauw licht blokerende bril kunnen kopen voor in de avond. Dit zorgt er voor dat uw melatonine hormoon zich aanmaakt.
- Vermijd cafeïne na 1 uur 's Middags. Cafeïne heeft een halverings tijd van 5-7 uur. Dit betekent dat na 5-7 uur de helft van de cafeïne die u heeft genomen is verwerkt.
- Geluid, heeft u een luidruchtige omgeving? Denk dan aan oordoppen of otoplastieken.

Zorg voor het milieu

SleepBD streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakkingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.

Daarnaast gebruiken wij gerecyclede verpakkingen.

De tekst van deze gebruiksaanwijzing werd voor het laatst gewijzigd op 15 juni 2020.

SleepBD V.O.F.

Wentweg 13, 1969MZ

Heemskerk, Nederland.