Stand 23.07.2025

Melatonin B_{12} 60 Tabletten

Melatonin B_{12} – schneller einschlafen und für die Nerven*

- ✓ Melatonin für eine verkürzte Einschlafzeit & zur Linderung des Jetlags*
- ✓ Vitamin B_{12} für Nerven, Psyche und weniger Erschöpfung*
- ✓ Ohne Laktose und Gluten, vegan
- ✓ Lutschtablette mit Kirschgeschmack
- ✓ Zahnfreudlich mit Xylit gesüßt*
- ✓ Apotheken-Marke seit 1997 mit Fertigung in Deutschland

16,8 g (60 Tabletten à 280 mg)

Einschlafprobleme? Melatonin sorgt für schnelleres Einschlafen*

Melatonin ist vielen als „Schlafhormon“ bekannt. Es reguliert den Tag-Nacht-Rhythmus unseres Körpers. In einigen Lebensmitteln, wie z.B. Pilz- und Pistazienarten kommt Melatonin natürlich vor.

Es kann über den Verdauungstrakt oder über die Mundschleimhaut aufgenommen werden. Bei Aufnahme über die Mundschleimhaut gelangt das Melatonin direkt ins Blut, ohne dass es im Verdauungstrakt bereits teilweise abgebaut wird. Eine Lutschtablette ermöglicht daher eine schnellere Wirkung* und höhere Bioverfügbarkeit.

Jetlag wird gelindert – mit Melatonin auch auf Reisen gut schlafen*

Schichtarbeit und Zeitumstellung können ähnliche Auswirkungen auf unseren Körper haben wie ein Jetlag, da sie unseren natürlichen Schlafrhythmus stören. Durch die Einnahme von Melatonin lässt sich die subjektive Jetlag-Empfindung spürbar lindern.* Besonders Vielflieger mit häufigem Jetlag können daher von Melatonin B12 profitieren.

Mit Vitamin B_{12} für Nerven, Psyche und weniger Erschöpfung

*Die Inhaltsstoffe in Melatonin B_{12} unterstützen die:

- Verkürzung der **Einschlafzeit** – Melatonin (1 mg kurz vor dem Schlafengehen)
- Linderung der subjektiven **Jetlag-Empfindung** – Melatonin (mind. 0,5 mg kurz vor dem Schlafengehen am ersten Reisetag und an den ersten Tagen nach Ankunft am Reiseziel)
- Normale Funktion von **Nerven** und **Psyche** – Vitamin B_{12}
- Minderung von **Erschöpfung** – Vitamin B_{12}
- Erhaltung der **Zahnmineralisierung** – enthält Xylit anstelle von Zucker

Ihr Einschlaf-Ritual mit Dr. Jacob's Betthupferl

Rituale helfen uns im Leben. Dr. Jacob's Melatonin B12 eignet sich optimal als Betthupferl für Ihr persönliches Einschlaf-Ritual. Melatonin hilft Ihnen dabei, schneller einzuschlafen*. Lassen Sie die Tablette langsam auf der Zunge zergehen und konzentrieren Sie sich dabei ganz auf den leckeren Kirschgeschmack. Vergessen Sie alles andere. Der Schlaf kommt am schnellsten, wenn man an nichts mehr denkt – auch nicht an den Schlaf.

Melatonin B_{12} *forte* ist besonders zahnfreundlich, denn es enthält Xylit anstelle von Zucker, was zur Erhaltung der Zahnmineralisierung beiträgt.

Weitere erprobte Tipps für Ihr Einschlaf-Ritual:

- Kommen Sie zur Ruhe. Dabei helfen kann z. B. ein gutes Buch, ein heißes Bad, ein besänftigender Tee oder ein abendlicher Spaziergang an der frischen Luft. Frühe und feste Zubettgehzeiten unterstützen das Einschlafen.

- Schlafen Sie bei kühler, frischer Raumluft und in Dunkelheit. Unser Körper kann das Schlafhormon Melatonin nur dann selbst ausreichend produzieren, wenn es dunkel ist.

- Vermeiden Sie helle Bildschirme wie Smartphone, Fernseher oder Computer mind. 1 Stunde vor dem Schlafengehen. Der hohe Blaulichtanteil von Displays stört den normalen Schlaf-Wach-Rhythmus. Spezielle Blaulichtfilter können hilfreich sein.

- Versuchen Sie nach 18:00 Uhr möglichst nichts mehr zu essen. Der Körper ist sonst zu sehr mit der Verdauung beschäftigt. Das nehmen wir im Schlaf unbewusst wahr und schlafen dann unruhiger.

Verzehrempfehlung:

1 Tablette täglich kurz vor dem Schlafengehen auf der Zunge zergehen lassen.

Das Produkt ist für Personen ab 13 Jahren geeignet.

Ergänzend empfehlen wir 5 Melissen-Basentabletten.

Probieren Sie jetzt auch Dr. Jacob's Schlaf schön* mit Melatonin, natürlichem Magnesium aus dem Meer, Lavendelöl und Baldrian-, Melissen-, Passionsblumen- und Hopfen-Extrakt.

Pflichthinweis: Die tägliche Verzehrempfehlung darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

Füllhöhe technisch bedingt. Enthaltener Trockenbeutel nicht zum Verzehr geeignet.

Nahrungsergänzungsmittel
mit Süßungsmittel

Zutaten:

Füllstoff Isomalt, Süßungsmittel Xylit, Kieselerde, Akazienfaser, natürliches Aroma, Säuerungsmittel Äpfelsäure, Kirschfruchtpulver, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Vitamin B_{12} (Methylcobalamin), Rote-Bete-Saft-pulver, Melatonin (0,5 %).

Nährwerte:

Durchschnittswerte pro:	**1 Tablette[1]**	**% NRV[2]**
Melatonin	1 mg	-
Vitamin B_{12}	2,5 µg	100 %
Silicium	5 mg	-

[1]1 Tagesdosis;
[2]Referenzmengen für die tägliche Zufuhr (NRV)

Stand 23.07.2025

Apotheken-Bestellnummer:
Deutschland: PZN 12893606
Österreich: PHZNR 4612800

EAN/GTIN-Code 4 041246 500936

Dr. Jacob’s Medical GmbH, Platter Straße 92, 65232 Taunusstein

Unsere Motivation bei Dr. Jacob’s:

Wir wollen eine gesündere Zukunft für uns alle schaffen!

Die Dr. Jacob‘s Medical GmbH wurde im Jahre 1997 von den Drs. Jacob gegründet. Sicher, zuverlässig, wirkungsvoll – nach diesen Kriterien entwickeln wir als Apotheken-Marke seit über 25 Jahren Nahrungsergänzungs- und Lebensstil-Konzepte. Dabei übernehmen wir Verantwortung für Mensch, Tier und Natur. Unsere Philosophie ist es, keinen Modetrends zu folgen, sondern die wichtigsten Erkenntnisse und Entdeckungen der Wissenschaft zu prüfen und sie für Ihre Gesundheit zu nutzen.

Hochwertige, möglichst natürliche und pflanzliche Inhaltsstoffe, strenge Qualitätskontrollen und die Fachkompetenz des Firmengründers sowie eines ernährungswissenschaftlichen Teams machen den besonderen Charakter von Dr. Jacob’s Gesundheitsmitteln aus. Bei der Produktentwicklung achtet Dr. Jacob stets auf die bestmögliche Synergie und optimale Bioverfügbarkeit der besonderen Inhaltsstoffe.