

## Schlafpflaster von PuroCuro



### 100% natürliche Inhaltsstoffe

Das Schlafpflaster enthält eine Mischung aus schlafverbessernden Inhaltsstoffen. Der Hauptbestandteil ist Magnesium, das dem Körper hilft, Melatonin herzustellen. Es gibt zahlreiche Studien, die zeigen, dass das Mineral Magnesium eine wichtige Rolle bei den Schlafprozessen spielt. Magnesium hilft, leichter einzuschlafen.

Die anderen natürlichen Inhaltsstoffe wie Kalium, Zink, 5-HTP, Ashwaganda, Chamomille, Passionsblume, Baldrianwurzel, Hopfen, Melatonin und L-Theanin stimulieren die Schlafphasen.

### Natürliche Hauptzutaten:

#### MAGNESIUM (400 MG)

Verschiedene wissenschaftliche Studien zeigen, dass Magnesium im Schlaf eine wichtige Rolle spielt. Magnesium ist ein weit verbreitetes Mineral und jede Zelle im menschlichen Körper benötigt dieses Mineral. Magnesium ist an der Regulation des Stresshormons Cortisol beteiligt und Magnesium reduziert die Cortisolproduktion. Untersuchungen zeigen, dass der Schlaf leichter und unruhiger ist, wenn Magnesium fehlt. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass Magnesium den Körper dazu anregt, Melatonin selbst zu produzieren.

#### KALIUM (65 MG)

Kalium spielt auch im Schlaf eine wichtige Rolle. Kalium ist ein essentielles Mineralsalz, das manchmal als "das gute Salz" bezeichnet wird. Es ist am bekanntesten für seine Rolle bei der Blutdruckregulierung und interagiert mit Magnesium, um unter anderem den Schlaf zu verbessern. Ein Kaliummangel kann zu Müdigkeit und Schlaflosigkeit führen. Bei Kalium denken Sie schnell an Bananen. Obwohl Bananen eine gute Kaliumquelle sind, sind sie nicht die beste Quelle. Mit einer Bananen enthalten etwa 10% des empfohlenen Tagesbedarfs, was ziemlich wenig ist.

#### 5-HTP ODER L-TRYPTOPHAN (65 MG)

5-HTP steht für 5-Hydroxytryptophan und dies ist eine Aminosäure. Diese Substanz stellt die Produktion von Serotonin sicher und stimuliert die Produktion von Melatonin. Es gibt zahlreiche Hinweise darauf, dass die Einnahme von 5-HTP bei Schlaflosigkeit hilft, da es eine „narkotische“ Wirkung hat. Durch Erhöhen des Serotoninspiegels kann sichergestellt werden, dass andere Substanzen wie Dopamin reduziert werden.

# Schlafpflaster von PuroCuro

## ZINK (5 MG)

Zink ist ein Spurenelement und dies ist ein Mineral, von dem Sie nur eine winzige Menge benötigen. Es wurden zahlreiche Studien durchgeführt, die zeigen, dass eine hohe Zinkkonzentration direkt mit einem besseren Einschlafen verbunden sein kann. Darüber hinaus kann Zink Ihnen helfen, sowohl die Schlafdauer als auch die Schlafqualität zu verbessern.

  
**100% NATÜRLICHE**  
Inhaltsstoffe Naturales

  
**NICHT SÜCHTIG**  
Keine süchtig machenden  
Nebenwirkungen

  
**Langsame Freisetzung**  
schrittweise Dosis über 8 Stunden

  
**BIOAVAILIBILITÄT**  
4-fach höhere Reaktion und Wirkung

## Mischung aus natürlichen Inhaltsstoffen (insgesamt: 7 mg)

### BALDRIANWURZEL EXTRAKT (VALERIANA OFFICINALIS)

Baldrian ist offiziell ein (Kräuter-) Medikament und es wurde wissenschaftlich nachgewiesen, dass es den Schlaf fördert. Die Wurzel der Baldrianpflanze enthält Baldriansäure und wirkt als Neurotransmitter im Nervensystem und wirkt beruhigend und beruhigend. Valeriansäure kontaktiert den GABA-Rezeptor im Gehirn. Dies ist ein wichtiger Rezeptor, der die Muskeln entspannt und ängstliche Gefühle oder Unruhen reduziert.

### PASSIONSBLUME EXTRACT (PASSIFLORA CAERULEA)

Passiflora wurde im 16. Jahrhundert in Europa als beruhigender Tee populär, nachdem er in Peru entdeckt wurde. Es wurde nicht viel über Passiflora geforscht, aber es ist bekannt, dass es analgetische Eigenschaften hat und die Schlafqualität verbessern kann.

### ASHWAGHANDHA EXTRAKT

Ashwagandha ist ein beruhigendes Adaptogen, das den Körper ins Gleichgewicht bringt. Ein Adaptogen aktiviert den Körper, um seine Selbstheilungsfähigkeit zu verbessern. Die Indikationen für Ashwagandha basieren auf traditionellen Anwendungen, präklinischen Studien und einer begrenzten Anzahl klinischer Studien. Ashwagandha kann auch in höheren Dosen und für länger Zeit sicher angewendet werden.

### KAMILLEN EXTRAKT

Kamille ist eines der ältesten Kräuter, die der Menschheit bekannt sind. Die getrockneten Blüten der Kamille enthalten viele Terpenoide und Flavonoide, die positive Eigenschaften besitzen.

Kamillenpräparate werden häufig auch bei Schlaflosigkeit eingesetzt. Kamille wird allgemein als mildes Beruhigungsmittel und Schlafmittel angesehen. Beruhigende Wirkungen können auf das Flavonoid Apigenin zurückzuführen sein, das sich an Benzodiazepinrezeptoren im Gehirn bindet.

### L-THEANIN

L-Theanin ist eine Aminosäure, die in Teeblättern vorkommt und von japanischen Wissenschaftlern entdeckt wurde. L-Theanin hilft Ihrem Körper, sich zu entspannen und hat eine schlaffördernde Wirkung, da es eine Reihe von Prozessen im Gehirn auslösen kann. Auf diese Weise hilft es, mehr GABA (Gamma-Aminobuttersäure), Serotonin und Dopamin zu produzieren. Diese Substanzen werden auch Neurotransmitter genannt und regulieren die Schlafprozesse.

# Schlafpflaster von PuroCuro

## MELATONIN

Melatonin ist ein Hormon, das beim Menschen in der Zirbeldrüse (Zirbeldrüse) aus Serotonin produziert wird und in einer Menge, die mit der Tageszeit variiert, abgegeben wird. Es beeinflusst den Schlaf-Wach-Rhythmus und den Fortpflanzungsrhythmus bei vielen Tierarten.

## HOPFEN (HUMULUS LUPULUS)

Hopfenextrakt ist ein reiner Harzextrakt aus den Alphasäuren, Betasäuren und Hopfenölen. Hopfen wird in der Kräutermedizin ähnlich wie Baldrian zur Behandlung von Angstzuständen, Unruhe und Schlaflosigkeit eingesetzt.

## SCHLAFZYKLUS

Der Schlafzyklus kann in 5 Phasen unterteilt werden. Jede Nacht wird der Schlafzyklus 4 bis 5 Mal abgeschlossen. Die Unterscheidung zwischen den Phasen in jedem Zyklus basiert auf der Gehirnaktivität und der Augenbewegung, die als "Augenbewegung" bezeichnet wird. In den ersten 4 Phasen ist die Augenbewegung langsam, die sogenannten NREM-Phasen (Non Rapid Eye Movement). In der 5. und letzten Phase gibt es eine schnelle Augenbewegung, weshalb diese Phase als REM-Schlaf (Rapid Eye Movement) bezeichnet wird.

### Phase 1 (NREM1)

Dies ist die Übergangsphase zwischen Wachen und Schlafen. Die Augen werden schwer und die Augenbewegung verlangsamt sich. Außerdem nimmt die Gehirnaktivität langsam ab. Die meisten Menschen mit normalem Schlaf bleiben etwa fünf Minuten in dieser Phase.

### Phase 2 (NREM2)

In dieser Phase ist der Schlaf noch leicht und es ist der Beginn des echten Schlafes. Der Körper entspannt sich noch mehr. Der Schläfer kann immer noch geweckt werden, aber nicht so leicht wie in Phase 1. Phase 2 dauert etwa 45 Minuten.

### Phase 3 (NREM3)

Dies ist die Übergangsphase vom leichten Schlaf zum tiefen Schlaf. Die Atmung und der Herzschlag werden regelmäßig und die Muskeln sind völlig entspannt. Diese Phase dauert 3 bis 8 Minuten.

### Phase 4 (NREM4)

In der 4. Phase des NREM herrscht echter Tiefschlaf. Der Körper hat die Atmung und den Herzrhythmus verringert. Die körperliche Erholung findet in dieser Phase statt, die etwa 15 bis 18 Minuten dauert.

### Stufe 5 (REM-Schlaf)

In dieser Phase scheinen sich das Nervensystem und die Psyche zu erholen. Experten vermuten, dass während des Tages erlebte Situationen jetzt verarbeitet werden. Auch sollen Informationen, die aufgenommen wurden, in dieser Phase teils im Langzeitgedächtnis abgespeichert werden. Welche Rolle die Träume dabei spielen wird noch erforscht. Es gibt schnelle Augenbewegungen und eine hohe Gehirnaktivität. Physisch passiert viel. Infolgedessen kostet diese Phase Energie. Der REM-Schlaf dauert etwa 18 bis 24 Minuten. Nach dem REM-Schlaf erwacht der Schläfer bewusst oder unbewusst und beginnt erneut mit dem Schlafzyklus.

## Schlafpflaster von PuroCuro

### ERKENNEN SIE DIESE SYMPTOME?



TAGESMÜDIGKEIT



SCHLECHTER  
FOKUS



ANGST & STRESS



STIMMUNGSSCHWANKUNGEN

### Vertraue der Natur!

Medikamente können helfen, das Schlafproblem oder die Schlafstörung zu verbessern. Leider haben viele verschriebene Schlafmittel zwei Hauptnachteile: Sie machen stark abhängig und haben viele Nebenwirkungen.

Es gibt mehrere natürliche Schlafmittel, die bei Schlafproblemen effektiv wirken, und die meisten davon sind wissenschaftlich belegt. Der Vorteil ist, dass sie nicht süchtig machen und kaum Nebenwirkungen haben. Oft dauert es jedoch länger, bis sie wirksam sind. Denken Sie also daran, es ist keine schnelle Lösung.

### Revolutionäre Patch-Technologie

Orale Produkte leiden unter dem First-Pass-Effekt und die Bioverfügbarkeit beträgt nur 15%. Das Schlafpflaster hat eine 4-mal höhere Bioverfügbarkeit (75%). Aufgrund der langsamen Freisetzung gibt das Pflaster eine allmähliche Dosis über 8 Stunden. Aufgrund einer plötzlich hohen Dosis treten keine Peaks auf.

- 4x mal hohe Bioverfügbarkeit
- langsame Freisetzung in 6-8 Stunden
- Die Wirkung des Schlaffleckens ist stärker, länger und gleichmäßiger

### Lassen Sie uns die Wissenschaft sprechen

Orale Produkte müssen verdaut werden, bevor die Substanzen in den Blutkreislauf gelangen. Dies wird medizinisch First-Pass-Effekt genannt. Der Körper muss verdauen und während dieses Prozesses bauen Magen, Magenwand, Leber und Nieren die Inhaltsstoffe ab. Die transdermale Verabreichung hat eine sehr gleichmäßige Wirkung und ist sehr sicher. Der Effekt ist für den Patienten viel schneller wahrnehmbar.