

Melatónin - Seratónin

Tvöföld virkni - Velliðan dag og nótt

Náttúrulegt
Tryptófan
úr graskersfræjum



Betri og dýpri svefn

Engin eftirköst
eða ávanabinding

100% náttúruleg, lífræn
fæða án aukaefna

Vísindaleg sönnun á virkni

ZenBev er einstök blanda innihaldsefna,
hrein graskersfræ hafa ekki sömu áhrif

ZenBev fyrir streitulausa daga og friðsælar nætur

Tvöföld virkni *Melatónin - Seratónin*

Triptófan umbreytist í melatónin á kvöldin og seratónin á daginn. Heilinn stjórnar þessum efnabreytingum eftir birtustigi í umhverfinu og hefur þannig áhrif á líkamskluku okkar. ZenBev hefur því ekki bara áhrif á svefn og gæði hans á nóttunni, heldur einnig daglega vellíðan m.a. streitu, kvíða og þunglyndi. Rannsóknir benda einnig til að inntaka náttúrulegs triptófans (eins og í ZenBev) dragi úr krónískum verkjum, haldi aukakílóunum í skefjum og auki kynhvöt.

Hvernig virkar ZenBev

Graskersfræ eru stútfull af náttúrulegu triptófani sem inniheldur amínósýrur (prótein) sem þurfa að komast úr blóðinu til heilans. ZenBev duftið inniheldur því einnig hárrétt magn af kolvetnum (sykri) sem er nauðsynlegt til að auðvelda triptófaninu að komast í gegnum háþróaðan varnarmúr heilans (blood brain barrier). ZenBev inniheldur einnig B3- og B6-vítamín sem eru líka nauðsynleg til að umbreytingin í melatónin og seratónin geti átt sér stað í heilanum. (athugið að triptófan umbreytist hinsvegar í B3-vítamín ef skortur er á því í líkamanum sem gæti tafið fyrir virkni ZenBev)

Að borða hrein graskersfræ eða vörur sem innihalda þau hefur ekki sömu áhrif.

Góður nætursvefn er ekki fjarlægur draumur

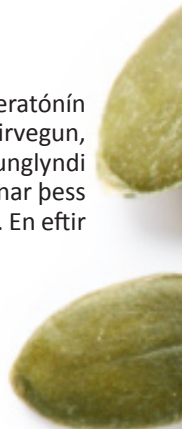
ZenBev á kvöldin

Þegar dagsbirta þverr og líða fer á kvöldið fer náttúruleg melatónínframleiðsla fram í heilanum sem gerir okkur syfjuð og tilbúin til að fara að sofa. ZenBev hjálpar við þetta ferli. Heilinn framleiðir þá nákvæmlega það magn af melatónín sem á þarf að halda og ýtir undir eðlilegan hvíldarsvefn. Það getur hins vegar tekið tíma að leiðréttá svefntruflanir sem hafa verið langvarandi. Svefnleysi (Insomnia) má flokka í þrennt; Erfiðleika við að sofna í upphafi (Sleep Latency Insomnia) - Að vakna endurtekið á nóttunni (Sleep interruption Insomnia) - Að vakna of snemma og geta ekki sofnað aftur (Terminal Insomnia)

ZenBev leiðréttir líkamsklukkuna og hefur áhrif á daglega vellíðan m.a. á streitu, kvíða og þunglyndi

ZenBev á daginn

ZenBev má taka á daginn til að ýta undir náttúrulega framleiðslu líkamans á seratónin en það er stundum kalllað vellíðunar- eða gleðihormónið og ýtir undir yfirvegum, hamingjutilfinningu og sjálfstraust og er þekkt fyrir að halda streitu, kvíða og þunglyndi í skefjum. En kvíði orsakast oft út frá daglegri streitu. Í upphafi geta afleiðingarnar þess verið okkur til framdráttar svo sem að bæta frammistöðu, árverkni og skýrleika. En eftir því sem á líður er hættu á alvarlegri einkennum bæði á líkama og sál.



Notkun

Inntökumagn fer ekki eftir líkamsstærð. Alveg eins og ZenBev getur tekið upp í þrjá daga að virka í byrjun má finna áhrif þess allt upp í þrjá daga á eftir þegar hætt er inntöku. Þegar vitað er af álagstímum framundan (vinnuálag, ferðalög, hormónabreytingar ofl.) má byrja inntöku ZenBev allt að 3 dögum áður.

ZenBev hefur áhrif á svefn og gæði hans

Blandið 1-2 skeiðum í heitt eða kalt vatn eða mjólk.

Byrjið á 1 skeið og takið í 3 daga í röð, ½ klst. fyrir svefn. Aukið magnið í 2 skeiðar ef þurfa þykir í aðra 3 daga. Eftir þessa 6 daga ættir þú að átta þig á magninu sem hentar þér. Púmalputtaregla er inntaka í 5 daga og svo hlé í 2 daga. Þetta er endurtekið eins oft og þörf er á.

ZenBev má einnig taka inn við streitu, kvíða og þunglyndi

Byrjið daginn á inntöku (þarf ekki að vera á fastandi maga) og fylgið sömu leiðbeiningum og að ofan.

Gætið þó að birtustigi í vinnuumhverfi því lítil birta getur stuðlað að framleiðslu melatónins (í stað seratónins) og gert þig syfjaða(n).

Frábendingar

Ekki er ráðlagt að taka ZenBev að kvöldi ef stjórna þarf vélum eða ökutækjum eftir inntöku. Barnshafandi konur, konur með barn á brjósti og þeir sem taka inn þunglyndislyf ættu að ráðfæra sig við lækni. Í þeim tilfellum þar sem undirliggjandi ástæður svefnleysis eru t.d kæfisvefn, drómasýki eða fótaóeirð, ætti að leita læknis.



ZenBev leiðréttir líkamsklukkuna
ZenBev hefur áhrif á svefn og gæði hans
ZenBev hefur áhrif á daglega velliðan



Tvær bragðtegundir - sítrónu og súkkulaði