



## Pressemitteilung

Tag des Schlafes

### Melatonin: Die natürliche Einschlafhilfe

**Flörsheim, 19. Mai 2021: Am 21. Juni 2021 ist der Tag des Schlafes. Der Tag bietet Anlass, sein eigenes Schlafverhalten einmal zu überdenken. Habe ich Probleme, schnell einzuschlafen? Schlafe ich genug? Fühle ich mich tagsüber oft müde? Für Menschen mit Einschlafproblemen gibt es mit Melatonin eine natürliche und sanfte Möglichkeit, Abhilfe zu schaffen. Melanight<sup>®</sup>, das Melatonin-Spray aus der Apotheke, ist ganz einfach vor dem Schlafengehen anzuwenden und hilft dabei, schneller einzuschlafen.**

Ursachen für Einschlafprobleme gibt es viele. Gerade jetzt zu Corona-Zeiten machen sich viele Menschen Sorgen um ihre Gesundheit und Zukunft. Die Ängste und innere Anspannung lassen einen nicht zur Ruhe kommen. Auch ständige Erreichbarkeit im Homeoffice oder die vermehrte Nutzung von Handy und Co. können ein schnelles Einschlafen verhindern. Normalerweise steuert der körpereigene Botenstoff Melatonin den Schlaf-Wach-Rhythmus. Faktoren wie Stress, das Blaulicht von Handy- oder Laptopbildschirmen oder auch Schichtarbeit können die natürliche Ausschüttung von Melatonin hemmen.

Das Melatonin-Einschlafspray Melanight<sup>®</sup> hilft dabei, schneller einzuschlafen und sich am nächsten Tag ausgeruhter und leistungsfähiger zu fühlen. Die Darreichung als Spray macht die Anwendung besonders einfach – ein Sprühstoß direkt vor dem Schlafengehen in den Mund, vorzugsweise unter die Zunge, genügt. Zudem kann der Wirkstoff aus Sprays besser vom Körper aufgenommen werden als aus Melatonin-Tabletten.<sup>1</sup> Das Produkt ist frei von Alkohol, Laktose sowie Gluten und ist für eine vegane Lebensweise geeignet.

Weitere Informationen und Tipps sowie ein Schlaftagebuch und ein Patientenratgeber als Download sind auf der Website [www.melanight-hennig.de](http://www.melanight-hennig.de) erhältlich.

*1.794 Zeichen. Abdruck honorarfrei. Belegexemplar erbeten.*

<sup>1</sup> Bartoli et al., J Bioequiv Availab 2012, 4:7



## Pressefoto



Das Melatonin-Spray Melanight® hilft dabei,  
schneller einzuschlafen.  
(© HENNIG ARZNEIMITTEL)

Ihre Ansprechpartnerin:  
HENNIG ARZNEIMITTEL GmbH & Co. KG  
Susanne Sonntag  
Liebigstraße 1-2 • 65439 Flörsheim am Main  
Tel.: 06145 / 508-338 • E-Mail: [susanne.sonntag@hennig-am.de](mailto:susanne.sonntag@hennig-am.de)

### Hinweis:

Melanight® ist ein Nahrungsergänzungsmittel u. a. mit Melatonin, welches zur Verkürzung der Einschlafzeit beiträgt. Verzehrsempfehlung: Sprühen Sie einen Sprühstoß direkt vor dem Schlafengehen in den Mund, vorzugsweise unter die Zunge. Eine Packung Melanight® reicht für einen Monat. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.