

Natures Harmony®

5-HTP

L-5-hydroxytryptophane

Extrait naturel provenant
de graines de *Griffonia simplicifolia*

50 mg

Favorise un bon équilibre de l'humeur

90 capsules
NPN 80007051

Usage recommandée : Le 5-HTP est utilisé par le corps dans le but de sécréter la sérotonine, neurotransmetteur important pour des fonctions cérébrale et nerveuse saines et pour un bon équilibre de l'humeur.

Dose recommandée (adultes) : Prendre 1 ou 2 capsules, trois fois par jour, aux repas. Pour minimiser les risques d'effets secondaires gastro-intestinaux, débuter avec une dose de 50 mg, trois fois par jour. Augmenter graduellement sur une période de deux semaines jusqu'à la dose efficace. Utiliser pendant au moins une semaine avant de pouvoir constater des effets bénéfiques. Pour un usage de plus d'un an, consulter un praticien de soins de santé.

Ingédients médicinaux : Chaque capsule contient :

L-5-HTP (provenant de graines de *Griffonia simplicifolia*) 50 mg
Ingédients non médicinaux : cellulose microcristalline, stéarate de magnésium, gélatine.

Ce produit ne contient ni maïs, ingrédients laitiers, oeuf, gluten, crustacés, soya, sulfites, blé, ni colorants, arômes ou agents de conservation artificiels. Ce produit a été testé et s'est révélé exempt de contaminants de la famille du peak X.

Information sur les risques : Consulter un praticien de soins de santé avant d'en faire l'usage si vous êtes enceinte ou allaitante, si vous prenez du carbidopa ou des médicaments/suppléments à activité sérotoninergique, notamment du L-tryptophane, de la S-adenosylméthionine (SAMe), du millepertuis, des antidépresseurs, des médicaments antidouleur, des médicaments en vente libre contre la toux ou le rhume contenant du dextrométhorphan, et des médicaments contre la nausée et la migraine. Cesser l'utilisation et consulter un praticien de soins de santé si vous souffrez de faiblesse, d'ulcères buccaux ou de douleurs abdominales accompagnées de fortes douleurs musculaires ou si vous constatez des changements au niveau de la peau. Ne pas utiliser si vous souffrez de sclérodémie. Ne pas utiliser si vous conduisez de la machinerie lourde ou tout autre véhicule motorisé, puisque ce produit pourrait causer de la somnolence. Certaines personnes pourraient souffrir de maux de tête gastro-intestinaux tels que diarrhée, nausées, vomissements ou douleurs abdominales. Consulter un praticien de soins de santé si les symptômes persistent.
RANGER DANS UN ENDROIT FRAIS ET SEC.
TENIR HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS.

Recommended Use: 5-HTP is used by the body to make serotonin, an important neuro-transmitter for normal nerve and brain function and a healthy mood balance.

Recommended Dose (Adults): Take 1 or 2 capsules three times daily with meals. To minimize the risk of gastrointestinal side effects, start dosing at 50 mg three times per day. Slowly increase to an effective dose over a period of two weeks. Use for a minimum of one week to see beneficial effects. For use beyond one year, consult a health care practitioner.

Medicinal Ingredients: Each capsule contains:

L-5-HTP
(from *Griffonia simplicifolia* seed) 50 mg

Non-medicinal ingredients: Microcrystalline cellulose, magnesium stearate, gelatin.

This product does not contain corn, dairy, egg, gluten, shellfish, soy, sulfites, wheat or artificial colours, flavours, or preservatives. Tested to be free from the contaminant peak X.

Risk Information: Consult a health care practitioner before use if pregnant, breastfeeding or taking carbidopa or drugs/supplements with serotonergic activity. These may include, but are not limited to, products such as L-tryptophan, S-adenosylmethionine (SAMe), St. John's wort, anti-depressants, pain killers, over-the-counter cough and cold medication containing dextromethorphan, anti-nausea medication and anti-migraine medication. Discontinue use and consult a health care practitioner if you show signs of weakness, oral ulcers, or abdominal pain accompanied by severe muscle pain or if you experience skin changes. Do not use if you have scleroderma. Do not use while driving a motor vehicle or operating machinery since it may cause drowsiness. Some people may experience gastrointestinal disturbances such as diarrhea, nausea, vomiting and abdominal pain. Consult a health care practitioner if symptoms persist.

STORE IN A COOL, DRY PLACE.
KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN.

Natures Harmony®

5-HTP

L-5-Hydroxytryptophan

Naturally Sourced from
Griffonia simplicifolia seed

50 mg

Promotes a Healthy Mood Balance

90 Capsules
NPN 80007051

Actual Size
Grandeur réelle

DO NOT USE IF SEAL UNDER CAP IS BROKEN.
NE PAS UTILISER SI L'OPERCULE INTÉRIEUR EST BRISÉ.

www.naturesharmony.com

1-877-929-2548



SunOpta Inc.
6 Commerce Crescent
Acton, ON L7J 2X3



A Proud Canadian Company
Une compagnie canadienne
fière de l'être.



400760.01-06