



Nutrizione e Benessere

ELVA RELAX



# SCHEDA TECNICA

<b>FORMULA</b>	Questo integratore alimentare grazie alle benefiche proprietà dei suoi componenti viene usato non solo in prevenzione ma anche in corso di sintomatologia ansiosa sia acuta che cronica. Può venire impiegato in caso di attacchi di panico ed in tutte quelle situazioni cliniche dovute a somatizzazioni corporee di stati d'ansia come ad esempio tachicardie, gastriti, coliti, cefalee, sindromi ipertensive a base ansiosa. Il prodotto è utile in caso di insonnia e disturbi del sonno causati da ansia o nervosismo, viste le sue proprietà tranquillanti e sedative. Questo integratore può costituire un valido supporto per tutte le situazioni stressanti in fase pediatrica, in menopausa o in età senile.
<b>CENTELLA</b> (Hydrocotyle Asiatica)	In medicina cinese questa pianta è definita "miracoloso elisir di vita". In medicina ayurvedica indiana viene usata da secoli come sedativo ed ansiolitico. Dermoriparatore, stimolante la sintesi del collagene, anti-ossidante, contrastante l'insufficienza venosa, anti-depressivo, anti-epilettico, rivitalizzante del sistema nervoso centrale e stimolante dell'attenzione, della concentrazione e delle capacità cognitive. Anti-ulcera gastrica, anti-dolorifico, anti-infiammatorio, protettiva in corso di radio-terapia, anti-herpes simplex 1 e 2, anti-fungino, vaso e capillaro-protettore.
<b>WITHANIA</b> (Withania Somnifera)	Questa pianta è un rimedio tra i più potenti ed efficaci della medicina ayurvedica indiana. Conosciuta come Aswagandha o Ginseng Indiano essa possiede innumerevoli proprietà benefiche confermate da studi scientifici rigorosi: ansiolitica, analgesica, anti-infiammatoria, anti-reumatica, anti-ulcera gastrica, anti-stress, nootropo (cioè stimolante la memoria, l'attenzione e le facoltà cognitive), utile nelle demenze senili per stimolo dell'attività dei recettori corticali per l'acetilcolina, immunostimolante, protettivo nella leucopenia indotta da radioterapia. A queste notevoli proprietà si aggiungono gli studi molto promettenti per un futuro utilizzo in campo oncologico.
<b>MELISSA</b> (Melissa Officinalis)	In occidente viene da sempre utilizzata nell'insonnia e nei disturbi digestivi. Presenta un'azione tranquillante, anti-spasmodica e carminativa (cioè espellente i gas intestinali). Viene utilizzata nei disturbi gastrici psicosomatici, palpitazioni, aerofagia, cefalee, insonnia.
<b>BIANCOSPINO</b> (Crataegus Oxyacanta)	In alcuni testi viene definito "La valeriana del cuore". Potenzia l'attività cardiaca anche sotto sforzo migliorando la perfusione sanguigna nelle arterie coronarie. Utile in stati ipertensivi soprattutto di natura psicosomatica ed ansiosa. Atte-nua le tachicardie, il cardiopalmo, le cardiopatie senili. Indicato per i disturbi del sonno per via della sua azione sedativa ed ansiolitica.
<b>VALERIANA</b> (Valeriana officinalis)	Pianta ad azione sedativa universalmente riconosciuta, può essere usata nell'insonnia, nell'ansia, negli attacchi di panico, nelle crisi di angoscia, tremori, crampi addominali, irritabilità, vertigini psicogene, colon irritabile, palpitazioni, cefalee psicogene. L'attività ipnoinducente (facilitante il sonno) della valeriana è stata dimostrata con studi elettroencefalografici.
<b>CAMOMILLA</b> (Matricaria Chamomilla)	Utilizzata dalla medicina popolare come sedativo, agisce in realtà anche come anti-infiammatorio e spasmolitico a livello gastro-enterico. Risulta quindi un utile rimedio nella prevenzione e cura di gastriti, coliti, esofagiti ed ulcere. Utile come mi-orilassante, nelle dismenorree, nelle eruzioni dentali dolorose dei neonati, nelle coliche digestive di neonati ed adulti.
<b>PASSIFLORA</b> (Passiflora Incarnata)	Questo arbusto utilizzato già dagli Aztechi viene oggi usato per stati d'ansia, ipereccitabilità nervosa, insonnia, palpi-tazioni, disturbi della menopausa, somatizzazioni ansiose gastroenteriche. Agisce come un ansiolitico senza rischi di dipendenza o assuefazione.
<b>ESCOLZIA</b> (Eschscholtzia Californica)	Questa pianta tradizionalmente usata nell'ansia, nell'insonnia e nelle sue somatizzazioni viscerali, presenta tuttavia anche attività bradicardizzante, anti-spastica, ossitocica, (cioè stimolante le contrazioni uterine) coleretica, (cioè stimolante la secrezione di bile), modulante il sistema nervoso simpatico, sedativa della tosse.
<b>TIGLIO</b> (Tilia Tomentosa)	Questa pianta già citata nel 200 A.C. nella materia medica di Teofrasto possiede azione sedativa, mi-orilassante, anti-in-sonnia, ansiolitica, anti-cefalea, spasmolitica, diaforetica (cioè sudorifera), bechica (favorente l'espettorazione), utile per bambini iperattivi, ipertensione e tachicardie di origine ansiosa. Utile nelle somatizzazioni ansiose gastro-enteriche.
<b>GINESTRINO</b> (Lotus Corniculatus)	Questa pianta oltre alle proprietà sedative ed anti-insonnia possiede proprietà anti-spastiche, anti-settiche, diuretiche azoturiche, anti-dolorifiche nei dolori mestruali.
<b>GRIFFONIA</b> (Griffonia Simplicifolia)	I semi di questa pianta contengono una percentuale variabile dal 5 al 10% di 5-HTP (5-idrossi-triptofano) precursore della serotonina. Esercita una attività calmante, anti-fame nervosa, armonizzante il tono dell'umore, anti-insonnia, anti-cefalea cronica. Viene utilizzata nell'obesità in quanto il 5-HTP inibisce l'appetito.
<b>ALGA KLAMATH</b> (Aphanizomenon flos aquae)	Contiene dal 60 al 70 % di proteine nobili, lo spettro completo dei minerali ed oligoelementi necessari alla vita, è uno dei pochi alimenti al mondo a possedere contemporaneamente ben 20 amminoacidi diversi, nella proporzione otti-male. Contiene omega 3 ed omega 6 nella giusta proporzione (2-1), oltre a vitamine ed un gran numero di pigmenti antiossidanti altamente assimilabili. Presenta quindi un enorme ed insostituibile valore nutrizionale.
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	Gohil, et al. - Pharmacological review on Centella Asiatica: A Potential Herbal Cure-all. Indian Journal of Pharmacological Sciences -2010. - Pratte, Nanavati et al. - An alternative treatment for anxiety: a systematic review of human trial results reported for the ayurvedic herb ashwagandha (withania somnifera) - journal of alternative and complementary medicine 20 (12), 901-908, 2014. - Rocco Carbone - Planta Medicamentum Naturae. Di buon editore. - Fabio Firenzuoli- Le 100 erbe della salute. Tecniche nuove editore. - Misha, Singh, Dagenais. Scientific Basis for the therapeutic use of Withania Somnifera (Ashwagandha): A Review. Alternative Medicine Review, vol. 5 n° 4.2000.
<b>MODALITÀ D'USO</b>	Assumere da 20 a 30 gocce diluite in poca acqua prima di dormire. Al bisogno è possibile raddoppiare la posologia al mattino o in orari appositamente selezionati.
<b>CONTROINDICAZIONI</b>	Evitare precauzionalmente in gravidanza. Va considerato che il prodotto può aumentare gli effetti dei farmaci ansiolitici, qualora vi sia una somministrazione associata nella giornata.
<b>CONFEZIONE</b>	Flacone da 50 ml. - Integratore Alimentare Notificato al Ministero della Salute.



Prodotto in esclusiva

My Way International s.r.l. - [www.mywayinternational.it](http://www.mywayinternational.it)