

# Innovation sommeil

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter

## Sommeil

### **SOMNUSIA Flash et SOMNUSIA Nuit Complète, 2 nouveaux compléments alimentaires pour vous aider à retrouver un sommeil de qualité**

Nous sommes nombreux à être concernés par des troubles du sommeil. Ils peuvent cependant se traduire différemment d'une personne à une autre : difficultés d'endormissement, réveils nocturnes, cauchemars, sommeil sans encombre mais réveil difficile... Ils peuvent être liés au stress, aux journées passées devant un écran, à l'âge, au décalage horaire...

La gamme SOMNUSIA vous offre 3 solutions adaptées aux besoins de chacun.

#### **Pour un endormissement plus rapide**

La mélatonine est sécrétée par la glande pinéale (dans le cerveau) en réponse à l'absence de lumière, et est impliquée dans le déclenchement du sommeil. Sa production étant inhibée par la lumière, notre mode de vie actuel la perturbe. En effet, depuis le développement des technologies et des transports internationaux, nous avons profondément modifié notre rythme de vie. Les voyages à l'étranger, la lumière artificielle et les écrans en tout genre, perturbent sa production. Par conséquent, les problèmes d'insomnies se multiplient : difficultés d'endormissement ou réveils nocturnes à répétition.

[SOMNUSIA Flash](#) apporte 1 mg de mélatonine qui contribue à :

- Réduire le temps d'endormissement<sup>1</sup>
- Atténuer les effets du décalage horaire<sup>2</sup>

Son comprimé orodispersible, à l'arôme naturel et léger de vanille, permet une assimilation rapide par l'organisme, pour un endormissement plus rapide.



Somnusia Flash

84% of 100

[\(110\)](#)

Favorise un endormissement plus rapide

[Je découvre](#)

#### **Pour un sommeil réparateur**

Le stress représente la cause principale des insomnies se traduisant par un temps d'endormissement plus long et des réveils nocturnes. Ces insomnies touchent majoritairement la population active et les femmes.

[SOMNUSIA Nuit complète](#) favorise un sommeil réparateur, en période de stress, grâce à 3 actions complémentaires :

- Endormissement plus rapide : la mélatonine contribue à réduire le temps d'endormissement<sup>1</sup>. La camomille matricaire et le safran aident à trouver et maintenir un sommeil de qualité.
- Relaxation optimale : le safran aide à diminuer la nervosité. La camomille matricaire contribue à la relaxation et aide à soutenir le bien-être mental et physique.
- Réduction de la fatigue : le magnésium ainsi que les vitamines B6, B9 et B12 contribuent à réduire la fatigue.

Somnusia Nuit Complète

Favorise un sommeil réparateur

[Je découvre](#)

## En cas de sommeil léger et irrégulier

[SOMNUSIA Phyto](#) est une association synergique de 4 plantes relaxantes reconnues pour leur bénéfice sur la qualité du sommeil : houblon, passiflore, valériane, eschscholtzia.

Somnusia Phyto

86% of 100

[\(412\)](#)

En cas de sommeil léger et irrégulier

[Je découvre](#)

*Tous les produits de la gamme SOMNUSIA sont garantis sans risque d'accoutumance ni de baisse de vigilance dans la journée.*

<sup>1</sup>L'effet bénéfique est obtenu par la consommation de 1 mg de mélatonine avant le coucher.

<sup>2</sup>L'effet bénéfique est obtenu par la consommation d'au moins 0,5 mg juste avant le coucher le premier jour du voyage et les quelques jours suivant le jour d'arrivée à destination.

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Laboratoire LESCUYER  
EXPERT EN MICRONUTRITION

Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

**Découvrir d'autres actus du Laboratoire Lescuyer**