

Ashwagandha

Safely and effectively improves an individual's resistance to stress.

INDICATIONS

- Adult use
- Stress support

BENEFITS

- Used in Herbal Medicine as an adaptogen to help increase energy and resistance to stress.

SPECIAL FEATURES

- Convenient once-daily format
- Non-GMO & hypoallergenic
- Certified gluten-free

VERIFIABLE SCIENCE

Studies indicate that Ashwagandha root extract safely and effectively improves an individual's resistance to stress, including decreased serum cortisol levels, thereby improving self-assessed quality of life.¹

RECOMMENDED DOSE

Adults: Take 1 capsule daily, with or between meals, or as recommended by a healthcare practitioner.

FORMULA

Each capsule contains:

Ashwagandha (*Withania somnifera*)

Root Extract..... 500 mg
(10:1, 5g dried equivalent; standardized to contain 2.5% withanolides)

Non-medicinal ingredients: Hypoallergenic plant cellulose, vegetarian capsule (hypromellose, water).

STORAGE

Store sealed in a cool, dry area.

WARNING

Consult a healthcare practitioner prior to use if you are pregnant or breastfeeding. Avoid taking with alcohol or products that may cause drowsiness. Some people may experience drowsiness. Exercise caution if operating heavy machinery, driving a motor vehicle or involved in activities requiring mental alertness. Keep out of the reach of children.

SOURCE

- Ashwagandha extract: *Withania somnifera* root (standardized to 2.5% withanolides)
- Hypoallergenic plant fiber: pine cellulose

NOTES

Capsule Size 00

Bottle count 120

Order code ASH1C-C

Bottle size 290 cc

Gluten-free (certified)

Hypoallergenic

Vegan/Vegetarian

Non-GMO[‡]

REFERENCES

1. K. Chandrasekhar, Jyoti Kapoor, and Sridhar Anishetty. A Prospective, Randomized Double-Blind, Placebo-Controlled Study of Safety and Efficacy of a High-Concentration Full-Spectrum Extract of Ashwagandha Root in Reducing Stress and Anxiety in Adults. *Indian J Psychol Med.* 2012 Jul-Sep; 34(3): 255–262.

[‡]Visit PureEncapsulations.ca for more information about our GMO policy.

This product may not be right for everyone. Always read and follow the label. Contact us for more information.



Ashwagandha

Améliore la résistance au stress de façon sûre et efficace.

INDICATIONS

- Produit pour les adultes
- Soutien du stress

AVANTAGES

- Utilisé depuis longtemps en phytothérapie comme adaptogène pour aider à augmenter l'énergie et la résistance au stress.

AVANTAGES

- Format pratique à prendre une fois par jour
- Sans OGM et hypoallergénique
- Certifié sans gluten

CARACTÉRISTIQUES SPÉCIALES

Des études indiquent que l'extrait de racine d'ashwagandha augmente la résistance au stress de façon sûre et efficace et qu'il diminue les taux sériques de cortisol, ce qui améliore la qualité de vie ressentie.¹

DOSE RECOMMANDÉE

Adultes : Prendre 1 capsule par jour avec ou entre les repas, ou tel que recommandé par un professionnel de la santé.

FORMULE

Chaque capsule contient :

Extrait de racine d'ashwagandha

(*Withania somnifera*) 500 mg

(10:1, 5 g équivalent en poids sec; normalisé pour contenir 2,5 % de withanolides)

Ingrédients non médicinaux : Cellulose de plante hypoallergénique, capsule végétarienne (hypromellose, eau).

ENTREPOSAGE

Conserver le produit scellé dans un endroit frais et sec.

AVERTISSEMENT

Consulter un professionnel de la santé avant d'en faire l'usage si vous êtes enceinte ou si vous allaitez. Éviter de consommer de l'alcool ou tout autre produit pouvant causer de la somnolence. Certaines personnes pourraient éprouver de la somnolence. Faire preuve de prudence si vous conduisez de la machinerie lourde ou tout autre véhicule motorisé, ou si vous devez entreprendre des activités qui requièrent de la vigilance. Garder hors de la portée des enfants.

SOURCE

- Extrait d'ashwagandha : racine de *Withania somnifera* (standardisée pour contenir 2,5 % de withanolides)
- Fibre végétale hypoallergénique : cellulose du pin

NOTES

Format 00 capsules

Nombre par bouteille 120

Code ASHIC-C

Format de bouteille 290 cc

Sans gluten (certifié)

Hypoallergénique

Végétalien/Végétarien

Sans OGM*

RÉFÉRENCES

1. K. Chandrasekhar, Jyoti Kapoor, and Sridhar Anishetty. A Prospective, Randomized Double-Blind, Placebo-Controlled Study of Safety and Efficacy of a High-Concentration Full-Spectrum Extract of Ashwagandha Root in Reducing Stress and Anxiety in Adults. *Indian J Psychol Med.* 2012 Jul-Sep; 34(3): 255–262.