

CERENITY



USAGE RECOMMANDÉ

- Aide à promouvoir la détente temporairement.
- Fournit des antioxydants qui aident à protéger les cellules contre les effets oxydatifs des radicaux libres.

PROMOTION DE LA DÉTENTE

Cerenity est une formule complète qui contient l'acide gamma-aminobutyrique (GABA) pour favoriser temporairement la détente. Cette formule fournit également des antioxydants pour lutter contre le stress dû aux radicaux libres.

Aperçu

Les neurotransmetteurs sont les messagers chimiques qui régulent l'humeur, la mémoire, le cycle du sommeil et le stress quotidien. La production adéquate de neurotransmetteurs dépend d'un approvisionnement suffisant en acides aminés, en vitamines et en minéraux dans l'alimentation. Des niveaux élevés de stress, les carences alimentaires, la génétique, les médicaments et les toxines, tous jouent un rôle dans l'épuisement des neurotransmetteurs.

PharmaGABA^{MC}

L'acide gamma-aminobutyrique (GABA) est un des principaux neurotransmetteurs inhibiteurs dans le cerveau, qui offre un effet calmant sur le corps. Cerenity inclut une forme non synthétique brevetée de source naturelle de GABA, appelée PharmaGABAMC. Il est produit naturellement par le *Lactobacillus hilgardii*, une espèce de bactéries bénéfiques. Dans une étude à double insu menée sur des volontaires en santé, des lectures d'EEG ont été obtenues après l'administration de 100 mg de PharmaGABAMC. PharmaGABAMC a entraîné une augmentation significative des ondes alpha avec une diminution significative des ondes bêta par rapport au groupe témoin.¹ Les ondes cérébrales alpha sont associées à un état d'esprit détendu favorisant la concentration, tandis que

les ondes bêta sont associées à l'agitation et aux pensées dispersées. Par conséquent, une hausse des ondes alpha par rapport aux ondes bêta est associée à un état temporaire de relaxation centrée.

Ingrédients médicinaux (par capsule)

Vitamine C (acide ascorbique USP).....	16,67 mg
Niacine (niacinamide USP).....	3,33 mg
Vitamine B6 (pyridoxal-5'-phosphate).....	3,33 mg
Folate ((6S)-5-méthyltétrahydrofolique acide Quatrefolic®, sel de glucosamine).....	133,33 mcg
Vitamine B12 (méthylcobalamine).....	66,67 mcg
Zinc (bisglycinate de zinc TRAACS®).....	1,67 mg
GABA (acide gamma-aminobutyrique PharmaGABAMC, acide glutamique).....	33,3 mg
Magnésium (malate de dimagnésium).....	25 mg
L-5-hydroxytryptophane (<i>Griffonia simplicifolia</i> , graine).....	25 mg
Taurine.....	100 mg
L-théanine.....	33,3 mg
Inositol NF.....	333,33 mg

Ingrédients non médicinaux

Hypromellose, cellulose microcristalline, dioxyde de silicium, stéarate de magnésium.

Dose recommandée

Adultes: Prendre 3 capsules avec de la nourriture, une fois par jour, quelques heures avant ou après la prise de médicaments ou de produits de santé naturels. Consulter un praticien de soins de santé pour un usage de plus de 4 semaines.

Mention de risques

Consulter un praticien de soins de santé avant d'en faire l'usage si vous êtes enceinte ou allaitante; et/ou si vous prenez du carbidopa ou des médicaments/suppléments avec une activité sérotonergique. Ceux-ci pourraient inclure, mais sans y être limité, le L-tryptophane, le S-adénosylméthionine (SAME), le millepertuis commun, les antidépresseurs, les analgésiques, les médicaments en vente libre contre le rhume ou la toux contenant du dextrométhorphan, les antinauséux et antimigraineux. Cesser l'utilisation et consulter un praticien de soins de santé si vous manifestez des signes de faiblesse, si vous souffrez 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. Certaines personnes pourraient souffrir de diarrhée, de nausées, de vomissements, de douleurs abdominales et/ou de somnolence. Faire preuve de prudence si vous utilisez de la machinerie lourde ou tout autre véhicule motorisé, ou si vous participez à une activité qui nécessite de la vigilance mentale.

Afin d'être certain que ce produit vous convient, veuillez toujours lire et suivre le libellé de l'étiquette.

Références:

1. Abdoua AM, Higashiguchi S, Horie K, et al. Relaxation and immunity enhancement effects of γ -Aminobutyric acid (GABA) administration in humans. *BioFactors* 2006;26: 201-208.

CERENITY



RECOMMENDED USE

- Helps to temporarily promote relaxation
- Provides antioxidants that help to protect cells against the oxidative effect of free radicals

RELAXATION PROMOTION

Cerenity is a comprehensive formula that contains gamma-aminobutyric acid (GABA) to temporarily promote relaxation. The formula also provides antioxidants to combat free radical stress.

Overview

Neurotransmitters are the chemical messengers that regulate mood, memory, sleep cycle and daily stress. Adequate neurotransmitter production depends on an adequate supply of amino acids, vitamins and minerals in the diet. High levels of stress, dietary deficiencies, genetics, medications and toxins all play a role in neurotransmitter depletion.

PharmaGABA™

Gamma-amino butyric acid (GABA) is one of the major inhibitory neurotransmitters in the brain that naturally provides a calming effect on the body. Cerenity includes a patented, naturally-sourced, non-synthetic form of GABA called PharmaGABA™. It is produced naturally by the friendly bacteria, *Lactobacillus hilgardii*. In a double-blind study using healthy volunteers, EEG readings were obtained after 100 mg of PharmaGABA™ was administered. PharmaGABA™ produced a significant increase in alpha waves, as well as a significant decrease in beta waves, when compared to the control group.¹ Alpha brain waves are associated with relaxed focus, while beta waves are associated with restlessness and scattered thoughts. Therefore, an increase in alpha to beta waves is associated with a temporary state of centered relaxation.

Medicinal Ingredients (per capsule)

Vitamin C (Ascorbic Acid USP).....	16.67 mg
Niacin (Niacinamide USP).....	3.33 mg
Vitamin B6 (Pyridoxal 5'-Phosphate).....	3.33 mg
Folate (Quatrefolic® (6S)-5-Methyltetrahydrofolic Acid, Glucosamine Salt).....	133.33 mcg
Vitamin B12 (Methylcobalamin).....	66.67 mcg
Zinc (TRAACS® Zinc Bisglycinate).....	1.67 mg
GABA (PharmaGABA™ Gamma-Aminobutyric Acid, Glutamic Acid).....	33.3 mg
Magnesium (DiMagnesium Malate).....	25 mg
L-5-Hydroxytryptophan (<i>Griffonia simplicifolia</i> - Seed).....	25 mg
Taurine.....	100 mg
L-Theanine.....	33.3 mg
Inositol NF.....	333.33 mg

Non-Medicinal Ingredients

Hypromellose, Microcrystalline cellulose, Silicon dioxide, Magnesium stearate.

Recommended Dose

Adults: Take 3 capsules once per day with food a few hours before or after taking other medications or natural health products. Consult a healthcare practitioner for use beyond 4 weeks.

Risk Information

Consult a health care practitioner prior to use if you are pregnant or breastfeeding, and/or if you are taking carbidopa or drugs/supplements with serotonergic activity. These may include, but are not limited to, L-tryptophan, S-adenosylmethionine (SAME),

St. John's wort, antidepressants, 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 symptoms persist or worsen or 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. Some people may experience diarrhea, nausea, vomiting, abdominal pain, and/or drowsiness. Exercise caution if operating heavy machinery, driving a motor vehicle or involved in activities requiring mental alertness.

To be sure this product is right for you always read and follow the label.

References

1. Abdoua AM, Higashiguchi S, Horie K, et al. Relaxation and immunity enhancement effects of γ -Aminobutyric acid (GABA) administration in humans. *BioFactors* 2006;26: 201-208.