

# Mentalis stress



701396/N-03

## FR Stress\* Fatigue mentale et physique\*,<sup>1</sup>

Notre mode de vie moderne peut induire de nombreuses situations génératrices de stress et de fatigue. Parmi celles-ci, l'investissement professionnel est souvent considéré comme l'une des causes principales de fatigue aussi bien mentale que physique. Ainsi, dans les pays développés, on estime que près d'un tiers de la population ressentira un jour ou l'autre les effets du stress ou de la fatigue.

A très court terme, le stress est un moyen de défense qui peut avoir des effets bénéfiques sur l'organisme. Cependant, à plus long terme, la mise en place de ces mécanismes adaptatifs par l'organisme va consommer énormément d'énergie. Il existe heureusement des solutions naturelles.

### ASHWAGANDHA

La nature recèle de plantes bienfaisantes. Certaines d'entre elles permettent à l'organisme de faire face au stress.

L'ashwagandha (*Withania somnifera L.*), communément connue en tant que ginseng indien, est traditionnellement utilisée en Inde depuis des siècles pour ses bienfaits multiples. Parmi ceux-ci, le rôle de l'ashwagandha dans la relaxation optimale et le maintien de l'énergie a fait l'objet d'études récentes.

\* L'extrait de *Withania somnifera L.* aide l'organisme à gérer le stress et contribue au maintien des capacités physiques et mentales en cas de fatigue.

### LA SOD

L'oxygène est indispensable au bon fonctionnement des cellules. Cependant, son utilisation dans la production d'énergie au sein des mitochondries entraîne également la production de molécules appelées radicaux libres. Ces molécules sont prises en charge par un mécanisme cellulaire spécifique permettant de les neutraliser. Il est constitué d'une cascade de réactions nécessitant la présence d'enzymes particulières : les antioxydants.

Certains facteurs tels que la pollution, le tabagisme, les rayons solaires et le stress peuvent altérer le fonctionnement de ce système de protection. Dans ce cas, les constituants cellulaires sont exposés aux propriétés oxydantes des radicaux libres : c'est ce que l'on appelle le stress oxydatif.

La Superoxyde Dismutase (SOD) est une molécule d'origine naturelle, extraite d'une variété de melon (*Cucumis melo L.*), spécialement sélectionnée pour sa haute teneur en antioxydants.

### MAGNESIUM

**Mentalis stress** contient un liposome d'oxyde de magnésium permettant ainsi une protection du magnésium durant son passage dans l'estomac et lors de la digestion (sucs gastriques). Cette structure particulière évite toute réaction avec la paroi intestinale et permet une absorption directe dans le flux sanguin.

**Mentalis stress** contient un magnésium de dernière génération alliant une bonne concentration en magnésium, une biodisponibilité exceptionnelle et une excellente tolérance.

De plus, **Mentalis stress** allie l'efficacité du magnésium liposomal à l'ensemble des vitamines B sous une forme naturelle. Ils vont agir en synergie pour une action plus complète permettant de contribuer à :

- Une réduction de la fatigue<sup>1</sup>.
- Des performances intellectuelles normales (résistance au stress)<sup>2</sup>.

- Un fonctionnement normal des muscles<sup>1</sup>.
- Un fonctionnement normal des nerfs<sup>1</sup>.
- Un maintien d'une ossature normale<sup>1</sup>.
- Un bon fonctionnement du système immunitaire<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Le magnésium contribue à réduire la fatigue, au fonctionnement normal du système nerveux, au maintien d'une ossature normale, à une fonction musculaire normale.

<sup>2</sup> La vitamine B5 contribue à des performances intellectuelles normales.

<sup>3</sup> La vitamine B6 contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

### UTILISATION

Administration orale. 1 à 2 gélules par jour, à prendre avec un verre d'eau, après le repas. Ne pas dépasser la portion journalière recommandée. Ne se substitue pas à un régime alimentaire équilibré et varié ainsi qu'à un mode de vie sain.

### PRÉSENTATION

Emballages de 30 et 120 gélules sous blister.

### INGRÉDIENTS PAR GÉLULE DE MENTALIS STRESS

300 mg d'extrait d'ashwagandha (*Withania somnifera L.*, KSM-66). Gélule : hypromellose. 100 mg de *Saccharomyces cerevisiae* 100% inactivée. 75 mg de magnésium (oxyde de magnésium, 20% AR). Supports : amidon pré-gélatinisé de riz, sucroesters d'acides gras, lécithines de tournesol. 8 mg de vitamine B3 (nicotinamide, 50% AR). 5 mg de superoxyde dismutase (SOD 15000 UI/g) de melon (*Cucumis melo L.*). Agent de charge : amidon de maïs. 3 mg de vitamine B5 (D-pantothénate de calcium, 50% AR). Antiagglomérant : silice colloïdale. 0,7 mg de vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine, 50% AR), 0,7 mg de vitamine B2 (riboflavine, 50% AR), 0,55 mg de vitamine B1 (chlorhydrate de thiamine, 50% AR). Agent de charge : amidon pré-gélatinisé. 100 µg de vitamine B9 (acide folique, 50% AR), 25 µg de vitamine B8 (D-biotine, 50% AR), 1,25 µg de vitamine B12 (cyanocobalamine, 50% AR).

### PRÉCAUTIONS

Ne pas utiliser chez la femme enceinte.

### CONSERVATION

Tenir hors de portée des enfants. À conserver dans son emballage d'origine dans un endroit frais et sec. À consommer de préférence avant la date figurant sur l'emballage.

### COMPLÉMENT ALIMENTAIRE

NUMÉRO DE NOTIFICATION : NUT/PL/AS 21/45

S.A. Laboratoires Pharmaceutiques Trenker  
Avenue Thomas Edison 32  
BE • 1402 Thines • Belgique

## NL Stress\* Mentale en fysieke vermoeidheid\*,<sup>1</sup>

Door onze moderne levensstijl ontstaan er vaak situaties die leiden tot stress en vermoeidheid. Het werk bijvoorbeeld wordt vaak beschouwd als één van de belangrijkste oorzaken van zowel geestelijke als lichamelijke vermoeidheid. In de ontwikkelde landen krijgt volgens schatting bijna een derde van de bevolking ooit last van stress of vermoeidheid.

Op zeer korte termijn is stress een afweermiddel dat heilzame effecten kan hebben op het lichaam. Op lange termijn daarentegen verbruiken deze aanpassingsmechanismen van het lichaam enorm veel energie. Gelukkig bestaan er natuurlijke oplossingen om dat te verhelpen.

### ASHWAGANDHA

In de natuur zijn heel wat heilzame planten te vinden. Enkele daarvan helpen het lichaam om stress tegen te gaan.

Ashwagandha (*Withania somnifera L.*) kennen we beter onder de naam Indische ginseng. In India gebruikt men deze plant al eeuwenlang vanwege haar vele gunstige eigenschappen. Meer recent zijn er studies uitgevoerd naar de rol van ashwagandha bij optimale ontspanning en energiebehoud.

\* Ashwagandha-extract helpt het lichaam om stress te bestrijden en draagt bij tot het behoud van de lichamelijke en geestelijke capaciteiten in geval van vermoeidheid.

### SOD

Zuurstof is onmisbaar voor de goede werking van de cellen. Doordat zuurstof wordt gebruikt bij de productie van energie in de mitochondriën, komen er echter ook moleculen vrij die we

vrije radicalen noemen. Deze moleculen worden geneutraliseerd dankzij een specifiek celmechanisme dat bestaat uit een aaneenschakeling van reacties waarvoor speciale enzymen nodig zijn: de antioxydanten.

Sommige factoren zoals vervuiling, roken, de zon en stress kunnen de werking van dit beschermingssysteem verstoren. In dat geval worden de celcomponenten blootgesteld aan de oxiderende eigenschappen van de vrije radicalen. We spreken van oxidatieve stress.

Superoxyde Dismutase (SOD) is een natuurlijke molecule dat wordt onttrokken aan een meloenvariëteit (*Cucumis melo L.*) die speciaal is geselecteerd vanwege haar hoge gehalte aan antioxydanten.

### MAGNESIUM

**Mentalis stress** bevat een liposoom van magnesiumoxide dat het magnesium beschermt als het door de maag gaat en bij de vertering door de maagsappen. Dankzij deze bijzondere structuur is er geen reactie met de darmwand en wordt het mineraal rechtstreeks opgenomen in de bloedbaan.

**Mentalis stress** bevat een magnesium van de jongste generatie met een goede concentratie van het mineraal, een uitzonderlijke biobeschikbaarheid en een uitstekende verdraagbaarheid. Bovendien combineert **Mentalis stress** de werkzaamheid van liposomaal magnesium met alle vitamines B in een natuurlijke vorm. Zij bundelen hun krachten voor een completere werking die tal van voordelen biedt:

# Mentalis stress



701396/N-03

- Een vermindering van vermoeidheid<sup>1</sup>
- Normale intellectuele prestaties (beter bestand tegen stress)<sup>2</sup>
- Een normale werking van de spieren
- Een normale werking van de zenuwen<sup>1</sup>
- Een behoud van een gezond beendergestel<sup>1</sup>
- Een goede werking van het immuunsysteem<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Magnesium draagt bij tot de vermindering van vermoeidheid, de werking van het zenuwstelsel (zenuwtransmissie), het behoud van een gezond beendergestel en een normale werking van de spieren (spiercontractie).

<sup>2</sup> Vitamine B5 draagt bij tot normale intellectuele prestaties. Vitamine B5 speelt een rol in alle cellen, waaronder de hersencellen en de zenuwcellen.

<sup>3</sup> Vitamine B6 draagt bij tot de werking van het immuunsysteem.

## GEBRUIK

Orale toediening. 1 tot 2 capsules per dag, in te nemen met een glas water, na de maaltijd. De aanbevolen dagelijkse inname niet overschrijden. Mag niet gebruikt worden als vervanging van een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl.

## VERPAKKING

Verpakkingen van 30 en 120 capsules in blister.

## BESTANDDELEN PER CAPSULE MENTALIS STRESS

300 mg extract van ashwagandha (*Withania somnifera* L., KSM-66). Capsule: hypromellose. 100 mg 100% geïnactiveerd *Saccharomyces cerevisiae*. 75 mg magnesium (magnesiumoxide, 20% RI). Draagstoffen: voorgegelatineerd rijstzetmeel, sucrose-esters van vetzuren, zonnebloemlecithine. 8 mg vitamine B3 (nicotinamide, 50% RI). 5 mg superoxidisedismutase (SOD 15000 IU/g) van meloen (*Cucumis melo* L.). Vulstof:

maiszetmeel. 3 mg vitamine B5 (calcium D-pantothenaat, 50% RI). Antiklontermiddel: colloïdaal siliciumdioxide. 0,7 mg vitamine B6 (pyridoxinehydrochloride, 50% RI), 0,7 mg vitamine B2 (riboflavine, 50% RI), 0,55 mg vitamine B1 (thiaminehydrochloride, 50% AR). Vulstof: voorgegelatineerd zetmeel. 100 µg vitamine B9 (foliumzuur, 50% RI), 25 µg vitamine B8 (D-biotine, 50% RI), 1,25 µg vitamine B12 (cyanocobalamine, 50% RI).

## VOORZORGSMAATREGELEN

Niet geschikt voor gebruik tijdens zwangerschap.

## BEWARING

Buiten bereik van kinderen houden. In zijn oorspronkelijke verpakking en op een koele en droge plaats bewaren. Tenminste houdbaar tot : zie datum vermeld op de verpakking.

## VOEDINGSSUPPLEMENT

### NOTIFICATIENUMMER: NUT/PL/AS 21/45

N.V. Farmaceutische Laboratoria Trenker  
Avenue Thomas Edison 32  
BE • 1402 Thines • België

## EN Stress\* Mental and physical tiredness\*,<sup>1</sup>

Our modern way of life can create many situations that cause stress and fatigue. Among these, professional commitment is often considered to be one of the main causes of both mental fatigue and physical tiredness. As such, it is estimated that close to a third of the population of the developed world will at some point be affected by the effects of stress or fatigue.

In the very short term, stress is a means of defense that may have beneficial effects on the body. However, in the longer term, the body will use up a huge amount of energy as it establishes these adaptive mechanisms. Fortunately, natural solutions do exist.

### ASHWAGANDHA

Nature is full of plants that hold beneficial properties, and some of them enable the body to deal with stress.

Ashwagandha (*Withania somnifera* L.) is commonly known as Indian ginseng. This plant has traditionally been used in India for centuries for its many benefits. Among these, ashwagandha's role in optimal relaxation and maintaining energy has been the subject of recent studies.

\* Extract of *Withania somnifera* L. helps the body to manage stress and supports the maintenance of physical and mental capacities in case of fatigue.

### SOD

Oxygen is essential for healthy cell function. However, its use in producing energy in mitochondria also leads to the production of molecules called free radicals. These molecules are taken over by a specific cell mechanism which enables them to be neutralized. This is made up of a chain of reactions requiring the presence of specific enzymes: antioxidants.

Certain factors such as pollution, smoking, sunlight and stress can alter the operation of this protection system. If this happens, the cellular constituents are exposed to the oxidizing properties of the free radicals: this is known as oxidative stress. Superoxide Dismutase (SOD) is a molecule of natural origin, extracted from a variety of melon (*Cucumis melo* L.) specially selected for its high content in antioxidants.

### MAGNESIUM

**Mentalis stress** contains a magnesium oxide liposome which protects the magnesium as it passes through the stomach and during digestion by gastric juices. The special structure also prevents any reaction with the intestinal wall and therefore allows it to be absorbed directly into the blood stream.

**Mentalis stress** contains a next generation magnesium combining a good concentration in magnesium, exceptional bio-availability and excellent tolerance.

In addition, **Mentalis stress** combines the effectiveness of liposomal magnesium with all B vitamins in a natural form. They act in synergy for a more complete action which allows it to help to:

- Reducing tiredness<sup>1</sup>.
- Normal mental performance (resistance to stress)<sup>2</sup>.

- Normal muscle function<sup>1</sup>.
- Normal nerve function<sup>1</sup>.
- Maintaining healthy bones<sup>1</sup>.
- Maintaining a healthy immune system<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Magnesium helps to reduce tiredness, nervous system function (nerve transmission), maintaining healthy bones, normal muscle function (muscle contraction).

<sup>2</sup> Vitamin B5 helps to regain normal mental performance. Vitamin B5 plays a role in all cells including the brain and nerve cells.

<sup>3</sup> Vitamin B6 helps with immune system function.

## USE

Oral use. 1 to 2 capsules a day, to be taken with a glass of water after the meal. Do not exceed the recommended daily intake. Does not substitute a varied and balanced diet nor a healthy lifestyle

## PRESENTATION

Boxes of 30 or 120 capsules in a blister-pack.

## INGREDIENTS PER MENTALIS STRESS CAPSULE

300 mg ashwagandha extract (*Withania somnifera* L., KSM- 66). Capsule: hypromellose. 100 mg *Saccharomyces cerevisiae* 100% inactivated. 75 mg magnesium (magnesium oxide, 20% RI). Carriers: pregelatinised rice starch, sucrose esters of fatty acids, sunflower lecithin. 8 mg vitamin B3 (nicotinamide, 50% RI). 5 mg superoxide dismutase (SOD 15000 IU/g) of melon (*Cucumis melo* L.). Filling agent: corn starch. 3 mg vitamin B5 (calcium D-pantothenate, 50% RI). Anti-caking agent: colloidal silica. 0.7 mg vitamin B6 (pyridoxine hydrochloride, 50% RI), 0.7 mg vitamin B2 (riboflavin, 50% RI), 0.55 mg vitamin B1 (thiamine hydrochloride, 50% RI). Filling agent: pregelatinised starch. 100 µg vitamin B9 (folic acid, 50% RI), 25 µg vitamin B8 (D-biotin, 50% RI), 1.25 µg vitamin B12 (cyanocobalamin, 50% RI).

## PRECAUTIONS

Unsuitable for use during pregnancy.

## STORAGE

Keep out of reach of children. Store in the original packaging in a cool, dry place. Best before: see expiration date on the package:

## FOOD SUPPLEMENT

### NOTIFICATION NUMBER: NUT/PL/AS 21/45

S.A. Trenker Pharmaceutical Laboratories  
Avenue Thomas Edison 32  
BE • 1402 Thines • Belgium