

STORE IN A COOL, DRY PLACE. KEEP
OUT OF REACH OF CHILDREN.
GARDER DANS UN ENDROIT FRAIS ET
SEC, HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS.

Manufactured for/Fabrique pour :
GNC Canada Holdings ULC
100 City Centre Drive, Unit #2-303
Mississauga, ON L5B 2C9
Customer Service Toll Free Number:
1-888-462-2548
Service aux consommateurs sans frais
Internet: www.gnc.ca

CODE 109416

THIS PACKAGE IS SEALED FOR SAFETY. DO NOT USE IF SAFETY SEAL IS
BROKEN OR MISSING./CET EMBALLAGE EST SCELLÉ POUR VOTRE SÉCURITÉ.
NE PAS UTILISER SI LE SCEAU DE SÉCURITÉ EST BRISÉ OU MANQUANT.

RECOMMENDED DOSE: Adults: For sleep restriction/altered sleep schedule:
Take 1 tablet once per day, at or before bedtime only. For use beyond 4
weeks, consult a health care practitioner. Adults: For Jet Lag: Take 1 tablet
once per day at bedtime, while traveling and at destination until adapted to
the new daily pattern. Do not drive or use machinery for 5 hours after
taking melatonin./**DOSE RECOMMANDÉE :** Adultes : Pour des restrictions de
sommeil/un horaire de sommeil altéré : Prenez 1 comprimé une fois par jour,
au coucher ou avant seulement. Pour une utilisation au-delà de 4 semaines,
consultez un praticien de la santé. Adultes : Pour le décalage horaire :
Prenez 1 comprimé une fois par jour au coucher après la tombée de la nuit,
pendant le déplacement et à votre destination jusqu'à l'adaptation au nouvel
horaire quotidien. Ne pas conduire ou utiliser de la machinerie pendant 5
heures après la prise de la mélatonine.

RECOMMENDED USE: Helps to increase total sleep time in people suffering
from sleep restriction or altered sleep schedule (e.g., shift-work and jet lag),
and to reduce the time it takes to fall asleep in people with delayed sleep
phase disorder./**UTILISATION RECOMMANDÉE :** Aide à augmenter la durée
totale de sommeil chez les personnes ayant des restrictions de sommeil ou
des horaires de sommeil altérés (p. ex. emploi à horaires variables et
décalage horaire) et à réduire le temps nécessaire pour s'endormir chez les
personnes souffrant de syndrome de retard de phase du sommeil.

MEDICINAL INGREDIENTS:
INGRÉDIENTS MÉDICINAUX :

Melatonin/Mélatonine10 mg

NON-MEDICINAL INGREDIENTS: Dicalcium Phosphate, Microcrystalline
Cellulose, Silicon Dioxide, Vegetable Stearic Acid, Vegetable Magnesium
Stearate./**INGRÉDIENTS NON MÉDICINAUX :** Phosphate bicalcique, cellulose
microcristalline, silice, acide stéarique végétal, stéarate de magnésium végétal.

2021

CAUTION(S): Consumption with alcohol, other medications or natural health
products with sedative properties is not recommended. If you are taking one
of the following, consult a health care practitioner prior to use:
anticoagulants; anticonvulsants; blood pressure medications;
immunosuppressive medications; sedative, hypnotic or psychotropic
medications; or steroids. If you have one of the following conditions, consult
a health care practitioner prior to use: asthma, cardiovascular disease,
chronic kidney disease, depression, diabetes or hypoglycaemia, hormonal
disorder, immune system disease, liver disease, migraine or seizure. If
symptoms persist continuously for more than 4 weeks (chronic insomnia),
consult your health care practitioner. Mild gastrointestinal symptoms
(nausea, vomiting or cramping) have been known to occur, in which case,
discontinue use. Rare allergic reactions have been known to occur, in which
case, discontinue use./**PRÉCAUTION(S) :** La consommation avec de l'alcool,
des médicaments ou des produits de santé naturels ayant des propriétés
sédatives n'est pas recommandée. Si vous prenez un des suivants, consultez
un praticien de la santé avant d'utiliser : anticoagulants; anticonvulsifs;
médicaments pour la pression artérielle, immunosuppresseurs, hypnotiques
ou psychotropes; sédatifs ou stéroïdes. Si vous souffrez d'une des conditions
suivantes, consultez un praticien de la santé avant d'utiliser : asthme,
maladie cardiovasculaire, maladie des reins chronique, dépression, diabète
ou hypoglycémie, troubles hormonaux, maladie du système immunitaire,
maladie du foie, migraines ou convulsions. Si les symptômes persistent
continuellement pendant plus de 4 semaines (insomnie chronique),
consultez votre praticien de la santé. Des symptômes de maux
gastro-intestinaux légers (nausées, vomissements ou crampes) sont des
réactions connues; le cas échéant, cessez d'utiliser. Des réactions allergiques
peuvent rarement se présenter; le cas échéant, cessez d'utiliser.

CONTRA-INDICATION(S): Do not use if you are pregnant or breastfeeding.
CONTRE-INDICATION(S) : Ne pas utiliser si vous êtes enceinte ou allaitez.

GNC

Melatonin Mélatonine

Helps increase
total sleep time* and
reduce the time it takes
to fall asleep†

Aide à augmenter
la durée totale
de sommeil* et à
réduire le temps
nécessaire
pour s'endormir†

10 mg

NPN 80029709

60 VEGETARIAN TABLETS/COMPRIMÉS VÉGÉTARIENS

Lot No./Expiration Date/N° de lot/date de péremption :

