

Carefully Manufactured by:  
Fabriqué avec soin par :  
©2017 NATURE'S BOUNTY, INC.  
Bohemia, NY 11716 U.S.A.

Imported by/Importé par :  
Vita Health Products Inc.  
150 Beghin Avenue,  
Winnipeg, MB R2J 3W2

Visit us on the Web/visitez  
notre site à l'adresse :  
[www.naturesbounty.ca](http://www.naturesbounty.ca)



# 5-HTP

## 100 mg | Plus

**Helps to Promote  
Healthy Mood  
Balance**

**60 Capsules**

NPN 80013172



◆ **Helps to promote healthy mood balance.**

**DIRECTIONS:** Adults, take one (1) capsule three (3) times per day with food. Use for a minimum of one week to see beneficial effects. Consult a healthcare practitioner for use beyond one year. **WARNING:** Consult a healthcare practitioner prior to use if symptoms persist or worsen, or if you are taking carbidopa or drugs/supplements with serotonergic activity such as L-tryptophan, S-adenosylmethionine, St. John's wort, antidepressants, painkillers, over-the-counter cough and cold medication containing dextromethorphan, anti-nausea and anti-migraine medication. Discontinue use and consult your healthcare practitioner if you show signs of weakness, oral ulcers, or abdominal pain accompanied by severe muscle pain or if you experience skin changes. Consumption with alcohol, other medications or natural health products with sedative properties is not recommended. Exercise caution if operating heavy machinery, driving a motor vehicle or involved in activities requiring mental alertness. Some people may experience drowsiness, diarrhea, nausea, vomiting and abdominal pain. Do not use this product if you are pregnant or breastfeeding or have scleroderma. **KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN.** Keep tightly closed, at room temperature in a dark dry place. Security seal. **NON-MEDICINAL INGREDIENTS:** Dibasic Calcium Phosphate, Gelatin, Silicon Dioxide, Magnesium Stearate.

**Medicinal ingredients per capsule:**

<b>L-5-Hydroxytryptophan</b> ..... 100 mg	<b>L-5-hydroxytryptophane</b>
( <i>Griffonia simplicifolia</i> , seed) .....	( <i>Griffonia simplicifolia</i> , graine)
<b>Valerian</b> ( <i>Valeriana officinalis</i> , root)..... 50 mg	<b>Valériane</b> ( <i>Valeriana officinalis</i> , racine)
<b>Magnesium</b> (Magnesium Oxide) ..... 25 mg	<b>Magnésium</b> (oxyde de magnésium)
<b>Niacinamide</b> ..... 5 mg	<b>Niacinamide</b>
<b>Vitamin B<sub>6</sub></b> (Pyridoxine Hydrochloride) ..... 5 mg	<b>Vitamine B<sub>6</sub></b> (chlorhydrate de pyridoxine)

◆ **Aide à favoriser la bonne humeur.**

**POSOLOGIE :** Adultes, prendre une (1) capsule trois (3) fois par jour avec de la nourriture. Utiliser durant au moins une semaine pour constater des effets bénéfiques. Consulter un professionnel de la santé pour une utilisation au-delà d'un an. **MISE EN GARDE :** Consulter un professionnel de la santé avant l'utilisation si les symptômes persistent ou s'aggravent, ou si vous prenez de la carbidopa ou des médicaments/suppléments à action sérotoninergique tels que le L-tryptophane, la S-adenosylméthionine, le millepertuis, les antidépresseurs, les analgésiques, les médicaments contre la toux et le rhume en vente libre contenant du dextrométhorphan, et les médicaments contre la nausée et la migraine. Cesser l'utilisation et consulter un professionnel de la santé en cas de fatigue, d'ulcères buccaux, de changements sur la peau ou de douleurs abdominales accompagnées de douleurs musculaires sévères. Il est déconseillé de consommer ce produit avec de l'alcool, d'autres médicaments ou produits de santé naturels ayant des propriétés sédatives. Faire preuve de prudence lors de la conduite de machines lourdes ou de véhicules motorisés, ou lors d'activités exigeant de la vigilance mentale. Certaines personnes pourraient éprouver de la somnolence, de la diarrhée, des nausées, des vomissements et des douleurs abdominales. Ne pas utiliser ce produit si vous êtes enceinte ou allaitez ou si vous souffrez de sclérodémie. **GARDER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS.** Garder bien fermé à la température ambiante, dans un endroit sombre et sec. Sceau de sécurité. **INGRÉDIENTS NON MÉDICINAUX :** Dioxyde de silicium, gélatine, phosphate dicalcique, stéarate de magnésium.



# 5-HTP

## 100 mg | Plus

**Aide à favoriser  
la bonne  
humeur**

**60 Capsules**

NPN 80013172