

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)



**TIME RELEASED**  
**5-HTP**  
**200 mg**

**Helps to Promote  
Healthy Mood Balance**

**45 Tablets**

NPN 80047087

◆ Helps to promote healthy mood balance ◆ Helps to reduce the severity and duration of migraine headaches when taken as a prophylactic.

**DIRECTIONS:** Adults, take one (1) tablet, one to three (1-3) times per day with food. To minimize the risk of gastrointestinal side effects, start at one (1) tablet once per day and slowly increase to three (3) times per day over a 2 week period. Use for a minimum of 2-3 weeks to see beneficial effects. Consult a healthcare practitioner for use beyond one year. **WARNING:** Consult a healthcare practitioner if symptoms persist or worsen. Consult a healthcare practitioner prior to use if you are pregnant or breastfeeding, 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, painkillers, over-the-counter cough and cold medication containing dextromethorphan, anti-nausea medication and anti-migraine medication. Discontinue use and consult a healthcare practitioner if 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 drowsiness. Exercise caution if operating heavy machinery, driving a motor vehicle or involved in activities requiring mental alertness. Stop use and consult a healthcare practitioner if you experience nausea, vomiting, diarrhea or abdominal pain. **KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN.** Keep tightly closed, at room temperature in a dark dry place. Security seal. **NON-MEDICINAL INGREDIENTS:** Carnauba Wax, Dicalcium Phosphate, Hypromellose, Magnesium Stearate, Maltodextrin, Microcrystalline Cellulose, Polysorbate 80, Silicon Dioxide, Stearic Acid, Triacetin, Water.

Medicinal ingredient per tablet:	Ingédient médicamenteux par comprimé :
L-5-Hydroxytryptophan (5-HTP) ..... 200 mg	L-5-hydroxytryptophane (5-HTP)
( <i>Griffonia simplicifolia</i> , seed)	( <i>Griffonia simplicifolia</i> , graine)

◆ Aide à favoriser la bonne humeur ◆ Aide à réduire la sévérité et la durée des migraines lorsqu'ingéré à titre d'action préventive.

**POSOLOGIE :** Adultes, prendre un (1) comprimé une à trois (1-3) fois par jour, avec de la nourriture. Pour minimiser les risques d'effets secondaires gastro-intestinaux, commencer par prendre un (1) comprimé une (1) fois par jour et augmenter progressivement à trois (3) fois par jour sur une période de 2 semaines. Utiliser durant au moins 2 à 3 semaines 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 si les symptômes persistent ou s'aggravent. Consulter un professionnel de la santé avant l'utilisation si vous êtes enceinte ou allaitez, ou si vous prenez de la carbidopa ou des médicaments/suppléments à activité sérotoninergique tels que le L-tryptophane, la S-adénosylméthionine [SAME], le millepertuis, les antidépresseurs, les analgésiques, les médicaments contre la toux et le rhume en vente libre qui contiennent du dextrométhorphan, les médicaments contre la nausée ou contre les migraines. Cesser l'utilisation et consulter un professionnel de la santé en cas de signes de fatigue, de changements sur la peau, d'ulcères buccaux ou de douleurs abdominales accompagnées de douleurs musculaires sévères. Ne pas utiliser en cas de sclérodémie. Certaines personnes peuvent éprouver de la somnolence. Faire preuve de prudence lors de la conduite de machines lourdes ou de véhicules motorisés, ou lors d'activités exigeant de la vigilance mentale. Cesser l'utilisation et consulter un professionnel de la santé en cas de nausées, de vomissements, de diarrhée ou de douleurs abdominales. **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 :** Acide stéarique, cellulose microcristalline, cire de carnauba, dioxyde de silicium, eau, hypromellose, maltodextrine, phosphate dicalcique, polysorbate 80, stéarate de magnésium, triacétine.



**ACTION PROLONGÉE**  
**5-HTP**  
**200 mg**

**Aide à favoriser  
la bonne humeur**

**45 Comprimés**

NPN 80047087