

## Griffonia Simplicifolia (5 HTP) • Sourire75

COMPLÉMENT ALIMENTAIRE



- Poids net 80 g,
- 200 gélules de 400 mg,
- Pure poudre de graines de griffonia non traitées, non irradiées, 150 mg,
- Extrait de Griffonia titré à 30 % de 5-HTP, 175 mg,
- Agent actif : 23 % de 5-HTP,
- Dosage, 75 mg de 5-HTP par gélule.

Le ZINC augmente l'action du griffonia. Il est fortement conseillé. -> [Voir PDF sur le zinc](#)

[VOIR TOUTE LA DESCRIPTION](#)



### Nous vous conseillons aussi

-25%



Détente

18,20 € **13,65 €**



8 Commentaire(s)

[AJOUTER AU PANIER](#)

-25%



Zinc + Vitamines B6

13,85 € **10,39 €**



45 Commentaire(s)

[AJOUTER AU PANIER](#)

Description	Ingrédients & Conseils	Comparateur	Commentaires (22)	Vos questions (6)
-------------	------------------------	-------------	-------------------	-------------------

### Description

#### Une nouvelle composition

Nous partons toujours du principe qu'un élément actif d'une plante, d'un fruit ou d'une graine est toujours plus efficace quand il est dans son contexte naturel, c'est à dire accompagné de ce qui est dans la plante, le fruit ou la graine. C'est pour cette raison que nous ne vendons pas de 5-HTP extrait de Griffonia Simplicifolia seul. Dans le Sourire75 nous avons rajouter du 5-HTP à du Griffonia Simplicifolia, pour augmenter l'effet rechercher tout en gardant le contexte naturel de l'élément actif.

#### Une plante qui peut changer votre vie

- Le Griffonia est une plante africaine qui agit sur l'humeur, le sommeil et les tensions nerveuses.
- Elle diminue aussi l'appétit et les fringales (prise avant les repas).

Cette efficacité est due à une substance, le 5-HTP, contenue dans le Griffonia Simplicifolia : **une graine renferme 7 à 16 % de 5-HTP** (Griffonia Simplicifolia issu de Côte d'Ivoire). C'est d'ailleurs la plante la plus riche en 5-HTP au point que les laboratoires ont renoncé à la synthèse de cette molécule car le procédé chimique serait trop coûteux.

Les gélules sont 100 % végétales.

#### Le 5-HTP (5 hydroxy-tryptophane)

Le 5-HTP est un acide aminé produit par notre organisme à partir d'un autre acide aminé, le tryptophane, un acide aminé présent dans les aliments protéinés (viande, volaille, poisson, produits laitiers, légumineuses et noix). Le 5-HTP, absorbé ou produit par notre organisme, se transforme en sérotonine, un neurotransmetteur qui remplit un rôle essentiel dans la régulation de l'humeur, de l'appétit et du sommeil.

La prise de vitamine B6 et de Zinc lui confère une efficacité plus grande par un effet de synergie.

#### Les indications en résumé

- migraine et mal de tête chronique,
- sentiment d'inutilité, léthargie, agressivité, mal-être, etc.,
- endormissement difficile,
- anxiété,
- pour diminuer l'appétit et les fringales.

Le règlement N° 432/2012 de la Commission Européenne\* du 16/5/2012, nous interdit de vous dire quelles sont les vertus thérapeutiques de ce complément alimentaire. Nous vous renvoyons vers le(s) lien(s) ci-dessous.

### Ingrédients & Conseils

#### Ingrédients par gélule

Poudre de graines de Griffonia simplicifolia non irradiées, non traitées, broyées (150 mg). Extrait de Griffonia à 30% 5-HTP (175 mg)  
Teneur en 5-HTP ; 23 %, soit environ 75 mg.  
Tuniques végétales (HPMC).  
Origine du Griffonia : Côte d'Ivoire.

#### Quel dosage prendre

Prendre 1 à 4 gélules, soit environ 75 à 300 mg de 5-HTP.  
Les effets se font ressentir au bout de quatre à dix jours d'utilisation.  
• Sans effets secondaires.

#### Précautions et contre-indications

- ne pas administrer de 5-HTP aux épileptiques,
- légers troubles gastro-intestinaux, possibles et passagers,
- somnolence possible : ne pas conduire sous 5-HTP,
- ne pas administrer aux femmes enceintes ou allaitantes,
- éviter les associations avec d'autres antidépresseurs chimiques et les bêta-bloquants,
- n'administrer que sous surveillance médicale du 5-HTP avec des ISRS (inhibiteurs sélectifs du recaptage de sérotonine). Un excès de sérotonine peut avoir des conséquences graves.

### Comparateur

Ce petit tableau vous permet de comparer les prix des concurrents. La comparaison se fait toujours à qualité de produit égale. Le Sourire75 que nous vous proposons est une combinaison de poudre de griffonia pur additionné de 5-HTP extrait, et présentant un taux global de 23 % de 5-HTP (agent actif). Les extraits purs seuls ne sont pas conseillés parce que séparés de leur milieu naturel ils ne présentent plus la même efficacité.

Saisissez le poids en mg d'une gélule, le nombre de gélules d'une boîte, le taux de 5-HTP et le prix de la boîte. Cliquez sur le bouton > et vous obtenez le prix pour 100 mg de 5-HTP. Vous avez sur la zone vert pâle, les résultats pour le Griffonia de Phyto-one 200 gélules.

Qualité du produit	Pds/gél.	Nbr gél.	% 5-HTP	Prix/bte	>	Prix/100mg 5-HTP
graine entière + extrait	325	200	23	31,45 €		0.2104 €
					>	
					>	
					>	

Les poids sont en mg

### Commentaires (22)

Connectez-vous pour donner votre avis !



très efficace en cette période stressante

Ce commentaire vous a-t-il été utile ?

Marie

France N

19/01/2022

