

---

Subject: Melatonin Kur

Posted by [pippo24](#) on Fri, 08 Feb 2008 09:07:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich möchte wegen akuter ,schon länger andauernder schlafprobleme und deswegen erschöptheit ,eine melatonin kur machen.

Gibts bei der einnahme irgendwas zu beachten bzw. gibts gravierende unterschiede in der dareichungsform?

Und was wäre die opt. dosis für so eine kurmäßige anwendung?

5 mg tgl.??

Das zeugs ist rezeptfrei oder?

thx

---