

Ausführliche Stellungnahme zu dem Produkt „smartsleep®“:

smartsleep® ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit Kreatin, Vitaminen, Mineralstoffen und der Aminosäure L-Glycin und wird direkt vor dem Zubettgehen konsumiert. Die in smartsleep® enthaltenen Inhaltsstoffe tragen dazu bei, die im darauffolgenden Schlaf ablaufenden physiologischen Prozesse zu unterstützen, indem sie zur normalen Funktion des Nervensystems beitragen (Magnesium), den Energiestoffwechsel unterstützen (Vitamin B6), die Zellen vor oxidativem Stress schützen (Vitamin B2, Vitamin C) und den Eiweiß-, Glykogen und Kohlenhydratstoffwechsel unterstützen (Vitamin B6), sowie auch den Stoffwechsel einiger Neurotransmitter (Panthothensäure) und eine normale DNA-Synthese (Zink). Diese physiologischen Prozesse sind essentiell für die körperliche und geistige Regeneration. Zudem tragen einige Inhaltsstoffe zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei (Riboflavin, Magnesium sowie Niacin). Für die enthaltenen Vitamine und Mineralstoffe bestehen zugelassene Werbeaussagen (sog. „Health-Claims“), die prominent auf der Verpackung und im Internet zu finden sind, um Irreführungen auszuschließen. smartsleep® ist nicht als Ein- und Durchschlafhilfe zu verstehen.

Die positiven Effekte der einzelnen smartsleep® Inhaltsstoffe wurden in unabhängigen wissenschaftlichen Studien gezeigt. Vor allem der positive Effekt von Kreatin auf schlafspezifische Regenerationsprozesse (beschleunigtes Auffüllen zerebraler Adenosin-Triphosphat-Konzentrationen während des Tiefschlafs; Dworak et al., 2017), sowie die Minderung der negativen Auswirkungen von Schlafentzug (McMorris et al., 2007; Cook et al., 2011) konnte in wissenschaftlichen Studien gezeigt werden. Diese wissenschaftlichen Erkenntnisse, sowie die langjährige Erfahrung der Gründer im Bereich der Schlafforschung boten die Grundlage zur Entwicklung von smartsleep®.

Die Smart Sleep GmbH wirbt – trotz des Bestehens dieser und weiterer Studien – indessen nur mit den zuvor genannten zugelassenen Health-Claims, um Irreführungen auszuschließen.