



L-Theanine (แอล-ธีอะนีน)

- พบในชาเขียว
- ช่วยผ่อนคลายสมอง ลดความวิตกกังวล
- ไม่ทำให้ง่วงระหว่างวัน แต่ช่วยให้ผ่อนคลายตอนกลางคืน



GABA

- เป็นสารสื่อประสาทช่วยให้สมองสงบ
- ลดความเครียด คลายกังวล
- ช่วยให้หลับลึกและฟื้นตัวดีขึ้น



Chamomile Extract (คาโมมายล์)

- ช่วยให้ผ่อนคลาย ลดความเครียดทางจิตใจ
- มี Apigenin ที่ช่วยให้สมองสงบและหลับง่าย



Passion Flower Extract (เสาวรส)

- ช่วยคลายกังวล ลดความตึงเครียด
- มีฤทธิ์ช่วยให้สมองสงบก่อนนอน



- Magnesium (แมกนีเซียม)
- ช่วยคลายกล้ามเนื้อและประสาท
 - ลดความเครียดทางกายและจิต