



## Nachts gemolkene Milch enthält ein Vielfaches des Schlafhormons Melatonin

Neuartige Nacht-Milchkristalle sind reich an natürlichem Melatonin

***München (30. März 2010). Milch ist nicht gleich Milch. Das gilt besonders dann, wenn Tiere spezielles Grünfutter bekommen und - wenn sie nachts gemolken werden. Dann enthält diese Nachtmilch eine große Menge des Schlafhormons Melatonin, das beim Menschen den Tag-Nacht-Rhythmus steuert. Das hat jetzt ein Münchner herausgefunden. Aus der Nachtmilch hat er spezielle Nacht-Milchkristalle entwickelt. Sie enthalten bis zu hundert Mal mehr Melatonin als übliche Milch. Nacht-Milchkristalle können rezeptfrei konsumiert werden.***

„Die Nacht-Milchkristalle sind reich an natürlichem Melatonin und werden am Abend vor dem Zubettgehen einfach in Milch oder Joghurt eingerührt“, sagt Tony Gnann, Geschäftsführer der Milchkristalle GmbH in München. Wie in Studien nachgewiesen wurde, steuert das Hormon Melatonin den Tag-Nacht-Rhythmus und kann daher bei Schlafstörungen helfen. Gerade bei der jetzigen Zeitumstellung spielt es eine entscheidende Rolle. Es ist Ursache für den Mini-Jetlag, den Menschen nach der Zeitumstellung spüren. Mit Nacht-Milchkristallen kann der eigene Melatoninspiegel korrigiert werden.

„Da Nacht-Milchkristalle in einem schonenden Kaltverfahren entstehen, bleibt das in der Nacht-Milch vorkommende Hormon Melatonin erhalten. Auf diese Weise ist es möglich, von den positiven Eigenschaften natürlichen Melatonins zu profitieren“, erläutert Gnann. Grundsätzlich produziert jeder Mensch das Hormon Melatonin selbst. Es wird wie bei anderen Säugetieren auch, in der Zirbeldrüse gebildet. Allerdings: Die Eigenproduktion von Melatonin im menschlichen Körper nimmt ab einem Alter von 25 Jahren deutlich ab.

Mit Nacht-Milchkristallen wurde ein natürliches Lebensmittel entwickelt, mit dem sich das eigene Melatonindepot wieder auffüllen lässt. „Das Melatonin, wie es in der natürlichen Matrix der Milch enthalten ist, zeichnet sich durch eine hohe Bioverfügbarkeit aus. Dadurch kann es nicht nur gut aufgenommen, sondern bereits in geringen, physiologischen Dosen verwertet werden“, erläutert Dr. Heiko Dustmann von der Innovationsberatung Weihenstephan. Weitere Informationen sowie die Nacht-Milchkristalle selbst sind im Internet unter [www.nacht-milchkristalle.de](http://www.nacht-milchkristalle.de) erhältlich.

### **Pressekontakt**

#### **scrivo PublicRelations**

Gesellschafter: Nadine Anschütz & Kai Oppel  
Gräfstraße 66  
81241 München

tel: +49 89 - 54 89 14 07

fax: +49 89 - 54 89 14 10

mobil: +49 178 – 61 50 154

email: [Kai.Oppel@scrivo-pr.de](mailto:Kai.Oppel@scrivo-pr.de)