

Mit verbesserter Rezeptur

„Für die Stress-Toleranz“ Wirkkombination

Die optimierte Rezeptur sorgt für Energie am Tag und für Erholung in der Nacht, sowie für Belastbarkeit und Stress-Toleranz.



AVP:
€ 39,90

60 Kapseln | PZN 5879474

Nahrungsergänzungsmittel

Für Belastbarkeit & Stress-Resistenz

- *Phytoextrakte aus Ashwagandha, Rhodiola und Schisandra unterstützen den Organismus dabei, sich an Stresssituationen anzupassen.
- Ashwagandha und Ginseng helfen, bei Erschöpfung, Müdigkeit und Konzentrationsverlust die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit aufrechtzuerhalten
- Vitamin B1, B6, B12 und Magnesium unterstützen die normale Funktion des Nervensystems und die normale psychische Funktion.
- Pantothensäure unterstützt die normale geistige Leistungsfähigkeit.

Für Energie

- Eisen trägt zum normalen Sauerstofftransport im Körper bei.
- Vitamin B1, B2, B6, B12, Niacin, Biotin und Kupfer unterstützen den normalen Energiestoffwechsel.
- Magnesium und Pantothensäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

Mit pflanzlichen Adaptogenen

- Bei den Adaptogenen handelt es sich um hochwertige Pflanzenextrakte, welche die Stressresistenz und Belastbarkeit des menschlichen Organismus unterstützen. Dazu zählen Ashwagandha, Ginkgo, Ginseng, Rhodiola und Schisandra - die positiven Wirkungen dieser Pflanzen auf Körper und Geist sind bereits seit Langem gut dokumentiert.

Verzehrempfehlung:

- für Erwachsene 2 Kapseln täglich

Beratungstipps

empfohlen für alle,

- die ihre Nerven im Alltag bewahren wollen
- die Stress im Job haben
- die von einem Gedankenkarussell beim Einschlafen berichten

Genau das Wichtige erklärt.

Mit dem Stress umgehen

Männer und Frauen empfinden Stress ähnlich – doch ihre Körper reagieren unterschiedlich. Männer neigen eher zu „Fight-or-flight“-Reaktionen, während Frauen eher auf „Tend-and-befriend“ setzen.¹



Was passiert bei Stress?¹

Stress entsteht im Kopf – genauer gesagt, im Zusammenspiel zwischen Gehirn und Nervensystem. Bei kurzfristigem Stress wird das sympathische Nervensystem aktiviert, was zu einer erhöhten Alarmbereitschaft führt – etwa durch eine gesteigerte Herzfrequenz, Muskelanspannung oder Wachsamkeit. Bei länger andauerndem Stress tritt die sogenannte Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse (HPA-Achse) in Aktion.²

Dies führt zur Ausschüttung des Hormons Cortisol, das dem Körper hilft, Energie bereitzustellen und mit anhaltenden Anforderungen umzugehen. Ein dauerhaft aktivierter Stressmodus kann langfristig belastend wirken – unter anderem auf Konzentration, Stimmung oder Schlaf.

Was hilft dem Körper, mit Stress umzugehen?

Ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Erholung, Bewegung und ausgewogener Ernährung ist die Basis für mehr innere Balance. Zusätzlich können ausgewählte Pflanzenstoffe, sogenannte Adaptogene, auf natürliche Weise dabei helfen, besser mit Stress umzugehen.* Der Begriff Adaptogen leitet sich vom Lateinischen *adaptare* (anpassen) ab. Diese sekundären Pflanzenstoffe werden traditionell dafür geschätzt, den Körper in Phasen erhöhter Belastung zu unterstützen – insbesondere im Hinblick auf das natürliche Stresssystem.*



Withania somnifera (Ashwagandha)

Herkunft:
Indien

Inhaltsstoffe:
Withanolid

Anwendung/Wirkung:
Hilft, bei Erschöpfung, Müdigkeit und Konzentrationsverlust die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit aufrechtzuerhalten

Wirkmechanismus:
Senkt den Cortisolspiegel



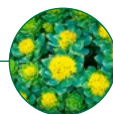
Shisandra chinensis (Spalkkörbchen)

Herkunft:
Russland, Asien

Inhaltsstoffe:
Shisandrin, Lignane

Anwendung/Wirkung:
Unterstützung der körperlichen Leistungsfähigkeit, Anpassung bei Stress, Hormonausgleichend

Wirkmechanismus:
Senkt den Cortisolspiegel, Erhöht Dopamin, Serotonin



Rhodiola rosea (Rosenwurz)

Herkunft:
Russland, Skandinavien

Inhaltsstoffe:
Rosavine, Salidoside

Anwendung/Wirkung:
Unterstützung der Stressresistenz, kognitive Leistung, stimmungsaufhellend

Wirkmechanismus:
Senkt den Cortisolspiegel, Erhöht Dopamin, Serotonin, Wirkung auf Endorphin-Rezeptoren



Panax ginseng (Samwurz)

Herkunft:
China, Nordkorea

Inhaltsstoffe:
Ginsenoside

Anwendung/Wirkung:
Tonikum bei Müdigkeit und Schwächegefühl, durchblutungsfördernd, antioxidativ, immunstimulierend

Wirkmechanismus:
Einfluss auf Stressachse, Radikalfänger



Ginkgo biloba (Fächerblattbaum)

Herkunft:
China, Japan, Korea

Inhaltsstoffe:
Ginkgo-Flavonoide

Wirkmechanismus:
Radikalfänger, Cl-Kanalöffner

¹ Knezevic, E., Nenic, K., Milanovic, V., & Knezevic, N. N. (2023). The Role of Cortisol in Chronic Stress, Neurodegenerative Diseases, and Psychological Disorders. *Cells*, 12(23), 2726.

² Apotheken Umschau. (n.d.). Cortisol – das Stresshormon. <https://www.apotheken-umschau.de/diagnose/laborwerte/cortisol-das-stresshormon-740779.html>