

„An den Stressfaktoren können Sie vielleicht nichts ändern – an den stressbedingten Gesundheits-Gefahren aber schon!“



Dr. Reinhard Hittich,
Biochemiker, Gründer und Leiter
Dr. Hittich Gesundheits-Mittel

Max Mustermann
Musterweg 0
00000 Musterort

Lieber Herr Mustermann,

mal ganz ehrlich: „Fürchten Sie sich vor der Zukunft?“ „Ertappen Sie sich manchmal bei dem Gedanken, was passiert, wenn ...?“ „Sind Sie innerlich häufig unruhig, ohne zu wissen, warum?“ „Fühlen Sie sich oft energielos und anhaltend müde?“ „Spüren Sie, dass Ihre Energie und Ihre Lebenskräfte schwinden?“ Dieses alles bringt Ihren Körper gefährlich aus der Balance.

Vielleicht denken Sie, Stress betrifft nur jüngere. Fast scheint es modern, Stress bei der Arbeit zu haben. Aber im Ruhestand? Da wird Stress doch eher belächelt. Dabei macht Stress auch vor dem Alter nicht halt.

Ältere Menschen haben nicht weniger Stress als jüngere, allein die Gründe, warum jemand gestresst ist, sind andere. So fühlen sich ältere Menschen zum Beispiel mit der modernen Technik häufig überfordert. Bester Beweis ist mein alter Schulfreund Robert (63), der vergangene Woche ein Smartphone kaufen wollte.

„Schon der Eintritt in den Handy-Shop kostete mich Überwindung. Der Laden war voll, alles junge Leute, einschließlich der Verkäufer. Ich war der einzige über 60. Ich spürte die fragenden Blicke der Umstehenden: „Was will denn der hier?“

Bereits die erste Frage des Verkäufers trieb mir den Angstschweiß auf die Stirn – ich konnte sie nicht beantworten. Und auch nicht seine zweite Frage. Schnell wurde der junge, schnellsprechende Verkäufer mit viel Fachwissen, aber wenig Verständnis für die etwas langsamere Auffassungsgabe älterer Menschen ungeduldig. Seine schnell hingeworfenen, meist englischen Fachausdrücke hatte ich nicht sofort kapiert.

Die Situation war mir sehr peinlich, zumal der Verkäufer auch mein Enkel hätte sein können. Ich fühlte mich blamiert und verließ unter teils beruhigenden Blicken der jungen Kunden frustriert den Laden – ohne gekauft zu haben.“ Stress pur!

Ein alltägliches Beispiel, wie Stress Energie und Lebenskraft raubt und den Körper gefährlich aus der Balance bringen kann.

Fühlen auch Sie sich mit der modernen Technik öfters überfordert? Können Sie einen modernen Fernseher mit all seinen Programmiermöglichkeiten bedienen? Einen Computer oder

ein Smartphone?

Während Jüngere mit der Technik groß geworden sind und diese spielend einfach beherrschen, sind ältere Menschen häufig völlig überfordert bzw. gestresst; sind sie doch in einer Zeit aufgewachsen, in der es all dies noch nicht gab.

Dazu kommen oft noch körperliche Defizite. Die modernen Geräte sind nicht für die schlechter werdenden älteren Augen gedacht und die Bedienelemente sind für die vielleicht von Arthrose-Problemen angegriffenen Finger oft zu klein. Millionen älterer Menschen werden durch die moderne Technik gestresst. Aber auch der Alltag wird häufig zu einem Stressfaktor:

Im Supermarkt zum Beispiel lassen sich die Waren nicht mehr so schnell auf das Band und in die Einkaufstasche legen. Häufig versteht man den zu zahlenden Betrag an der Kasse nicht sofort oder richtig und die Suche nach Kleingeld dauert länger. Dann sieht man noch die Schlange hinter sich schnell länger werden: Stress pur!

Und wer sich endlich den Traum von einem schicken, neuen Auto verwirklicht, ist häufig mit der modernen Technik überfordert. Wenn plötzlich die verschiedensten Warnmeldungen im Auto aufblinken oder man in der Waschstraße die automatischen Scheibenwischer nicht deaktiviert bekommt, bedeutet dies einfach nur: Stress pur!

Auch finanzielle Sorgen, ein Arztbesuch, die Angst vor einer nötigen Operation, die Sorge um die Gesundheit des Ehepartners, der mögliche Umzug in ein Pflegeheim oder gar der Verlust eines geliebten Menschen stressen den Körper: Stress pur!

Was bedeutet Stress eigentlich?

Laut Duden bedeutet Stress: „erhöhte Beanspruchung, Belastung physischer oder psychischer Art.“ Eine Studie der Techniker Krankenkasse zeigt, dass sich 6 von 10 Menschen in Deutschland gestresst fühlen – gleichwohl, ob beruflich oder privat.

Die Studie ergab weiter, dass zwei Drittel der Befragten mit hohem Stresspegel unter Rückenschmerz-Problemen und Muskelverspannungen leiden, 64 Prozent unter Ausgebranntsein, 47 Prozent unter Nervosität und Gereiztheit, 46 Prozent unter Schlafstörungen, 36 Prozent unter Kopfschmerz-Problemen; fast jeder Vierte klagt über gedrückte Stimmung und / oder Tinnitus sowie 23 Prozent über Magenbeschwerden.

Nach Angaben eines amerikanischen Stressforschungsinstituts beziehen sich in den USA zwischen 75 und 90 Prozent aller Arztbesuche auf Gesundheits-Probleme in Verbindung mit Stress. Um gegen diese Beschwerden anzugehen, nehmen sie fünf Milliarden mal Beruhigungsmittel, drei Milliarden mal Aufputzmittel und fünf Milliarden mal Schlafmittel pro Jahr – Tendenz weiter steigend! Ein glänzendes Geschäft für die Pharma-Konzerne.

Was jemand als erhöhte Beanspruchung oder Belastung empfindet, ist jedoch individuell höchst verschieden. Ein und dieselbe Situation kann für den einen Stress und für den anderen Freude bedeuten, z. B. das Autofahren, der anstehende Besuch der Verwandtschaft, das Kofferpacken für den Urlaub, die Flugreise oder auch der Einkauf im Supermarkt. Ob Sie sich durch eine Situation gestresst fühlen oder nicht, liegt in vielen Fällen an Ihnen selbst und nicht an der Situation.

Doch egal, warum Sie sich gestresst fühlen, die Reaktion Ihres Körpers ist immer gleich: Sie sind ungeduldig, unkonzentriert, unruhig, überfordert, reizbar, rastlos, nervös, sensibel, erschöpft, kraftlos, müde und schlafen schlecht.

Dies gilt auch für eine Stressbelastung durch Lärm, Abgase, Pestizide, Umweltgifte sowie durch

Neonlicht. Auch hierauf reagiert Ihr Körper mit Stressreaktionen.



Flucht oder Kampf – fest programmiert

Stress ist grundsätzlich nichts Schlechtes, denn es macht uns gegen äußere Gefahren abwehrbereit. Über Tausende von Generationen in der menschlichen Geschichte waren das beispielsweise Angriffe von wilden Tieren oder kriegerischen Mitmenschen.

Unsere Stressreaktion stammt noch aus der Zeit, als wir vor einem Säbelzahn tiger fliehen oder mit diesem kämpfen mussten. Daher reagiert Ihr Körper bei Stress mit Reaktionen,

die direkt mit der Flucht oder dem Kämpfen verbunden sind.

Als Reaktion auf einen Stressimpuls schüttet die Nebenniere Stresshormone aus – biochemische Botenstoffe, die Reaktionen des Körpers zur Anpassung bei außergewöhnlichen Belastungen bewirken. Das wichtigste Hormon ist das Cortisol.

Blutdruck und Puls steigen. Blut ergießt sich in die Muskulatur von Armen und Beinen, Glukose (Blutzucker) und Fettsäuren werden aus ihren Depots in den Blutkreislauf geschleust, wo sie den Muskeln sofort zur Verfügung stehen, der Zuckerspiegel im Blut steigt, die Pupillen ändern sich, nicht gebrauchte Energieverbraucher wie die Verdauung werden gedrosselt, die Schmerzempfindlichkeit reduziert. All das hat nur ein Ziel: die Gefahr in den Griff zu bekommen – entweder durch flüchten oder durch kämpfen!

Diese Reaktionen spüren Sie sofort. Was Sie aber nicht spüren ist, dass Ihre Nebennieren bei Stress vermehrt das Hormon Cortisol ausschütten.

War bei unseren frühen Ur-Ahnen die Herausforderung durch den Säbelzahn tiger gemeistert, dann reagierte der Körper mit Entspannung. Der „Hippocampus“ als Teil des Gehirns spielt dabei eine zentrale Rolle. Er bremst den weiteren Ausstoß von Stresshormonen und ist gleichzeitig von zentraler Bedeutung für das Belohnungssystem im Gehirn. Beim Abbau der Entspannungsreaktion bildet sich körpereigenes Morphin. Das Belohnungszentrum im Gehirn meldet: „Alles gut gemacht!“ – und man fühlt sich wohl.

Wenn Ihr Körper aus der Balance gerät

Obwohl unser Körper sehr gut mit vielen unterschiedlichen Formen von Stress umgehen kann, ist eine dauerhafte, chronische Stressbelastung mit dramatischen Gesundheitsrisiken verbunden. So steigt nicht nur das Risiko für hohen Blutdruck, Demenz- und Depressions-Gefahr, sondern auch das Risiko für bestimmte Krebsarten.

Sorgen, Ängste und Nöte plagen viele Menschen; oft unbewusst. Vielleicht auch Sie. Das Fatale ist, die meisten Menschen wissen gar nicht, WAS das ist, das ihnen die Energie und Lebenskraft raubt und ihren Körper gefährlich aus der Balance bringt.

Oft klagen Menschen über Symptome, deren Ursache eine gestörte Balance der Stresshormone Adrenalin und Cortisol ist. Auch Sie selbst tragen voll das Risiko einer gestörten Balance Ihrer

Stresshormone und laufen damit Gefahr, chronischem Stress zu verfallen.

Eine aus zu großem Stress resultierende Hormonstörung hat schnell zur Folge, dass Ihre gute Lebensqualität drastisch und schnell reduziert werden kann. Fehlt diese innere Balance der Stresshormone, können auf kurz oder lang Gesundheits-Probleme mit oft schwerwiegenden Folgen entstehen.



Erfahren Sie jetzt, wie Sie Ihre Energie- und Lebenskraft-Räuber vertreiben und Ihren Körper und Ihre Seele wieder in eine auf Dauer **gesunde Balance** bringen – mit klarem Kopf, klaren Gedanken und ruhigem Schlaf.

Sie werden mit Veränderungen wieder besser umgehen können und sind vor den Energie- und Lebenskräfte-Räubern und deren schlimmen Folgen sicher geschützt.

Was in Ihrem Körper alles passiert, wenn der Stress anhält

Während Ihre körpereigene Reaktion auf Stress bei akutem Stress gesund und wichtig ist, ist sie für Ihren Körper verheerend, wenn sie über einen längeren Zeitraum niederschwellig aktiv und damit chronisch ist. Die meisten Menschen mit chronischen Gesundheits-Problemen haben längere Phasen von Stress ohne ausreichende Erholungsphasen hinter sich.

Die ständige „Kampf- oder Fluchtreaktion“ schädigt Ihre Gesundheit: Risiken für Insulinresistenz und/ oder hoher Blutdruck sind die Folge. Wenn Sie lange Zeit unter starkem Stress stehen und deswegen besonders viel vom Stresshormon Cortisol gebraucht wird, trägt die Erhöhung Ihres Blutdrucks und die Verschlechterung der Insulinsensitivität zusammen mit einigen anderen stressbedingten Faktoren dazu bei, dass Sie besonders gefährdet sind, altersbedingte Gesundheits-Probleme zu erleiden.

Chronischer Stress kann auch das Risiko für Erschöpfung, Angsterscheinungen, Depressions-, Diabetes Typ 2-, Brustkrebs-Gefahr und einen zu frühen Tod erhöhen! Er wird auch mit erhöhten Entzündungsmarkern sowie einer erhöhten Dicke der „Tunica intima“, der inneren Schicht des arteriellen Gewebes, in Zusammenhang gebracht. Dies ist ein Maß für das Fortschreiten einer Arteriosklerose.

Chronischer Stress überlastet Ihre Nebennieren, die immer mehr Cortisol ausschütten müssen, bis sie irgendwann erschöpft sind. Bis vor Kurzem brachte man die durch Stress hervorgegangenen Gesundheits-Probleme ausschließlich mit einem zu hohen Cortisol-Spiegel in Verbindung.

Aktuelle Untersuchungen zeigen aber, dass auch ein Cortisol-Mangel der Grund für stressbedingte Gesundheits-Probleme sein kann. Bei chronischem Stress bildet sich nämlich bei 20-25 % der Betroffenen ein relativer Cortisol-Mangel. Sie beschreiben eine höhere Stressbelastung, die aus gesteigerter Müdigkeit, Angst, gedrückter Stimmung und einer Häufung körperlicher Beschwerden, hauptsächlich Schmerzstörungen, besteht.

35 typische Symptome an denen Sie erkennen, ob Ihr Stress schon chronisch geworden ist

Chronischer Stress äußert sich in vielfältigen Beschwerden. Häufig werden diese von den Betroffenen jedoch nicht mit einem aus dem Ruder gelaufenen Hormoncocktail von Stresshormonen in

Zusammenhang gebracht. Die Autorin B. N. Lindner gibt in Ihrem Buch „Rhodiola rosea“ einen umfangreichen Überblick über Stress-Symptome:

Häufige körperliche Stresssymptome

- Atemprobleme
- Beeinträchtigung der Sinnesorgane (Ohrgeräusche, Sehstörungen)
- Durchblutungsstörungen (kalte Hände und Füße)
- Wundheilungsstörungen
- Kreislaufprobleme, Herzrasen
- Infektanfälligkeit,
- Herzklopfen, Herzstolpern
- Magen- und Verdauungsprobleme
- Mundtrockenheit
- Rasche Erschöpfung, Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Starkes Schwitzen
- Verspannungen, Schmerzen im Rücken, Schulter, Nacken

Häufige seelische Stresssymptome

- Angst und Panik
- Antriebslosigkeit
- Gedrückte Stimmung
- Einsamkeit
- Gefühl der Überforderung
- Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühle
- Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung
- Nervosität
- Pessimismus
- Selbstzweifel, Unsicherheit
- Traurigkeit
- Ungeduld, Reizbarkeit
- Unkontrollierte Wutanfälle, Aggression
- Unzufriedenheit

Häufige mentale Stresssymptome

- Denkblockaden
- Entscheidungsprobleme
- Gedankenkreisen
- Geringes Selbstwertgefühl
- Gleichgültigkeit
- Lernschwierigkeiten
- Negative Gedanken und Überzeugungen
- Unkonzentriertheit
- Vergesslichkeit
- Wahrnehmungsstörungen

Die unbekannte Stress-Gefahr: Untertemperatur!

Uwe Karstädt warnt in seinem Buch 37° vor den Gefahren einer Untertemperatur. Als normal nennt er eine Temperatur zwischen 36,7° und 37,3°. Viele Menschen, die ständig frieren, haben eine Temperatur, die niedriger ist.

Aber was hat das mit Stress zu tun? Viel!

„Stress raubt einem nicht nur den letzten Nerv, Stress lässt auch die Gefäße verkrampfen und sorgt neben einem hohen Blutdruck obendrein für Durchblutungsstörungen. Von Durchblutungsstörungen zu Kälteempfindungen ist es dann kein großer Schritt mehr. [...] Unser Blut transportiert neben Sauerstoff und Nährstoffen auch unsere Körperwärme und damit insgesamt unser höchstes Gut: »Lebenskraft«. Wer bei Angst und Panik (= Stress) kalte Füße bekommt, bestätigt dieses Phänomen.“ So Uwe Karstädt.

Menschen im „Sonnenuntergang des Lebens“

1,7 Millionen Menschen leben derzeit in Deutschland mit Demenz. Als der häufigste Grund einer Demenz gilt Alzheimer, deren Anteil etwa zwei Drittel der Fälle ausmacht. Alzheimer ist eine Erkrankung des Gehirns, die primär von fortschreitendem Gedächtnisverlust geprägt ist.

Das Risiko, daran zu erkranken, nimmt mit dem Alter stark zu. Etwa jeder 13. Mensch über 65 Jahre ist davon betroffen.

Wikipedia beschreibt die Alzheimer-Krankheit als „eine zunehmende Verschlechterung der kognitiven Leistungsfähigkeit, die in der Regel einhergeht mit einer Abnahme der Fähigkeit, die Aktivitäten des täglichen Lebens zu bewältigen, mit zunehmenden Verhaltensauffälligkeiten und verstärkt auftretenden neuropsychiatrischen Symptomen.“



1906 wurde die Krankheit von dem deutschen Nervenarzt Alois Alzheimer entdeckt. Es konnte schon früh eine Verbindung zwischen chronischem Stress und dem Auftreten von Alzheimer aufgezeigt werden. Studien belegen, dass großem psychischem Stress ausgesetzten Menschen das doppelte Risiko für die Entstehung von Alzheimer im Vergleich zu Menschen ohne Stress-Situationen anhaftet.

Stress und auch große Trauer könnte ein möglicher Auslöser für Alzheimer sein. Das zumindest legen die Ergebnisse einer Studie nahe, die vom argentinischen Forscher Dr. Edgardo Reich (Buenos Aires) auf dem Weltkongress für Neurologie in Wien präsentiert wurde.

„Reich untersuchte 118 Patienten mit manifestem Alzheimer und 81 gesunde Kontrollpersonen, und fragte dabei insbesondere nach starken Stresssituationen und außergewöhnlichen Belastungen in den drei Jahren vor Krankheitsausbruch. Es zeigte sich, dass zwei von drei Alzheimerpatienten in den beiden Jahren von dem Krankheitsausbruch unter schwerem emotionalem Stress standen. In der Kontrollgruppe war das nur bei 26 Prozent der Teilnehmer der Fall.

Die häufigsten Belastungen waren der Tod des Lebenspartners oder eines Kindes, Gewalterfahrungen oder ein Autounfall.

Krankheitsauslösende Stressfaktoren können auch sein: Finanzielle Probleme, der Eintritt ins Pensionsalter, migrationsbedingte Anpassungen oder die Diagnose einer schweren Erkrankung bei einem Angehörigen. Zwar dürfte es sich kaum um einen monokausalen Zusammenhang handeln, jedoch scheint Stress ein wesentlicher Auslöser für degenerative Prozesse im Gehirn zu sein und Dysfunktionen im Immunsystem sowie im neuroendokrinen System auszulösen.“

(Quelle: Thieme Gruppe (2013). Ist emotionaler Stress ein Auslöser des Alzheimer? Abgerufen von <https://www.thieme.de/de/neurologie/ist-emotionaler-stress-ein-ausloeser-des-alzheimer-49922.htm>)

**„Wer mental erschöpft und dessen Gehirn müde ist,
dem fällt es auch schwer, positiv zu denken!“**

Auch die Alzheimer Forschung Initiative e. V. schreibt auf Ihrer Seite: „Studien zeigen, dass Menschen, die zu psychischem Stress neigen, mit einer zwei bis zweieinhalb Mal höheren Wahrscheinlichkeit die Alzheimer-Krankheit entwickeln als Menschen, die nicht so stressanfällig sind. Untersuchungen weisen darauf hin, dass auch eine aktive und sozial integrierte Lebensweise in

höheren Lebensjahren vor dem Alzheimer-Risiko schützt – vielleicht, weil eine solche Lebensweise hilft, Stress zu reduzieren.“

Tödliche Konsequenzen

STRESS KANN TÖTEN! Der psychosoziale Stress als Grund für kardiovaskuläre Gesundheits-Probleme wird oft unterschätzt. Dabei besteht ein unmittelbarer Zusammenhang.

Ein erschreckendes Beispiel ist der Pseudo-Infarkt – auch Stress-Kardiomyopathie oder „Broken Heart Syndrom“ genannt – eine durch Stress verursachte Erkrankung der Herzmuskulatur bzw. spontane Schwächung des Herzens.

Die Patienten klagen über Symptome, die einem Herzinfarkt ähneln, wie Atemnot, Brustenge und Schmerzen im Oberkörper. Es liegt jedoch kein Gefäßverschluss vor, sondern eine gestörte Herzfunktion. Beim Pseudo-Infarkt führt der Stress zu einer kurzzeitigen massiven Einschränkung der Herzfunktion. Auch wenn es sich nicht um einen Herzinfarkt handelt, harmlos ist ein Pseudo-Infarkt nicht.

Betroffene sind besonders risikoanfällig für Herzrhythmusstörungen und plötzlichen Herztod. Obwohl der Mechanismus nicht klar verstanden wird, wird angenommen, dass durch chronischen Stress verursachte Erhöhungen des Stresshormones **Adrenalin** den Herzmuskel überreizen und seine Funktion beeinflussen.

Rainer Schubmann und Bettina Seekatz stellen in einem Artikel zum Thema „Psychosoziale Faktoren in der Kardiologie“ fest: „Es wird vermutet, dass die stark erhöhten Konzentrationen dieser Stresshormone zu einem Spasmus (Gefäßkrampf) der Herzkranzgefäße führen.



Fast allen Patienten ist nämlich gemeinsam, dass die Symptome kurz nach einem emotional belastenden Ereignis wie z. B. dem Tod einer nahestehenden Person, der Trennung vom Partner, einem Unfall, einem Überfall, einer Naturkatastrophe, einer schweren Erkrankung oder einem ungewöhnlich positiven Ereignis (z. B. großer Lottogewinn) einsetzen.

Fast alle Betroffene sind Frauen zwischen 62 und 75 Jahren, wobei die Gründe für die besondere Betroffenheit von Frauen in der Menopause vollkommen ungeklärt sind.“

Ein extremes Beispiel, dass Stress töten kann, finden wir in Japan. Die Japaner haben dafür ein eigenes Wort: Karōshi = „Tod durch Überarbeitung“. Der Zusammenhang zwischen Stress und Überarbeitung wurde in den 70-er Jahren bekannt, als japanische Führungskräfte in einer alarmierenden Anzahl bereits in jungen Jahren Schlaganfälle und Herzinfarkte erlitten.

Forscher entdeckten, dass der Tod dieser sonst gesunden jungen Männer auf ständigen, chronischen Stress zurückzuführen war. Chronischer Stress war auch der Grund, warum im Juli 2013 die 31-jährige japanische Reporterin Miwa Sado nach 159 Überstunden in einem Monat tot in ihrem Bett aufgefunden wurde.

Aber es gibt auch GUTE Nachrichten ...





„An den Stressfaktoren können Sie vielleicht nichts ändern – an den stressbedingten Gesundheits-Gefahren aber schon!“

Lange Zeit suchte die weltweite Forschung nach einer perfekten Lösung, um mit der Intelligenz der Natur stressbedingte Gesundheits-Gefahren dauerhaft zu vertreiben. Jetzt ist die perfekte und beste Strategie für eine gesunde Balance gefunden!

Mit dem neuen **Dr. Hittich AdaptoMAX®** vertreiben Sie dauerhaft die gefährlichen Gesundheits-Gefahren von unerkanntem Stress und dem stillen Energie- und Lebenskräfte-Räuber „Zukunfts-sorgen“ – bedingt durch ein Ungleichgewicht der Stresshormone Cortisol und Adrenalin. AdaptoMAX nimmt gezielt Einfluss auf diese Stresshormone und revitalisiert die gesunde Funktion der Nebennieren als Ort, wo die Stresshormone produziert werden.

Das neue AdaptoMAX ist ein Spezialextrakt mit der Intelligenz der Natur aus den pflanzlichen Adaptogenen „Indischer Winterkirsche“ (Withania somnifera, auch Ashwagandha genannt) und „Sibirischer Rosenwurz“ (Rhodiola rosea) kombiniert in einem Präparat.

Zusätzlich enthält AdaptoMAX extra Aminosäuren L-Serin und Glycin sowie Vitamin B1 zur Aufrechterhaltung der gesunden Funktion des Nervensystems und des Energiestoffwechsels. Die perfekte Ergänzung zu Ashwagandha und Rhodiola rosea.

Adaptogen bezeichnet biologisch aktive Pflanzenstoffe, die Ihren Körper unterstützen, sich hohen Stresssituationen anzupassen und die Belastungs- und Stressresistenz zu steigern. Adaptogene spielen somit eine wichtige Rolle in der Vorbeugung und alternativen Therapie von stressbedingten Gesundheits-Gefahren und verhindern so, als „Schlüsselfaktor für emotionale Gesundheit“, einen dauerhaften Schaden an Ihrem Körper.

„Was ist das Besondere an adaptogenen Pflanzen?“ Sie holen Sie dort ab, wo Sie gerade stehen. Egal, ob Sie hoch akuten Stress und damit stark erhöhte Cortisol-Spiegel haben, oder mit erniedrigten Cortisol-Spiegeln bereits in Richtung Erschöpfung tendieren. Adaptogene sind ausgleichend, in die Richtung, die Ihr Körper gerade braucht. Adaptogene können beides: aktivieren und entspannen und bringen Sie wieder in eine gesunde Balance!

Auch wenn Ihre Stressfaktoren gleich bleiben, die Reaktion Ihres Körpers ist eine andere: Denn die Reaktion Ihres Körpers auf Stress normalisiert sich.

Mit Hilfe der in AdaptoMAX enthaltenen Adaptogene erlangt Ihr Körper wieder eine gesunde Stressreaktion. Und zwar sowohl dann, wenn Sie zu stark auf Stress reagieren, als auch wenn Ihr

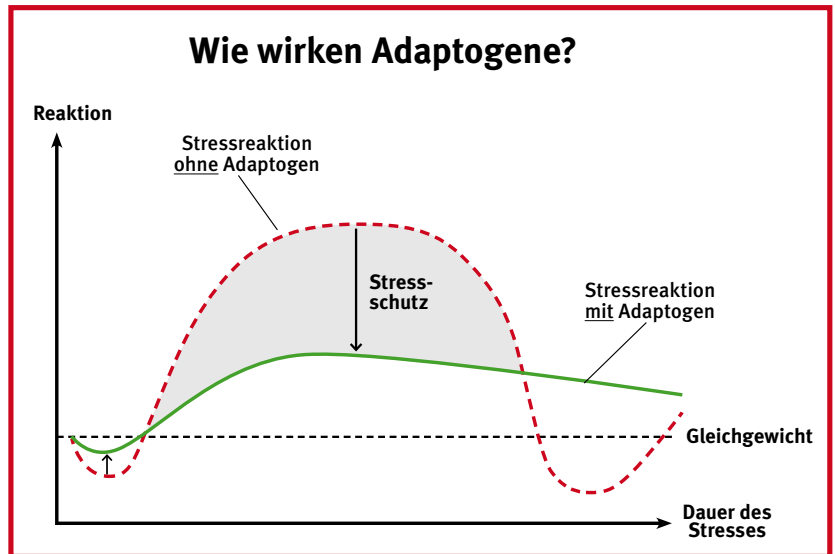
Körper bereits so erschöpft ist, dass Sie nur noch gleichgültig sind. Das können nur Adaptogene, die eben sowohl beruhigen als auch anregen, und zwar genau in dem Maße, wie Ihr Körper dies braucht.

Diese Grafik zeigt, dass Adaptogene einen ausgleichenden Effekt auf die Stressreaktion haben und Ihrem Körper genau das geben, was er braucht: ein gesundes Gleichgewicht.

Ashwagandha und Rhodiola rosea sind die adaptogenen Pflanzen mit außergewöhnlichen Eigenschaften.

In ihrem Zusammenwirken unterstützen deren Naturstoffe Ihren Körper, um das Zusammenspiel seiner Organe zu optimieren, sein Immun- und Nervensystem zu kräftigen, sich mit Energie neu aufzuladen und den schädigenden Auswirkungen von körperlichem und seelischem Stress auf Ihre Organe vorzubeugen.

Die schädigenden Auswirkungen von körperlichem und seelischem Stress auf Ihre Organe vorzubeugen.



Ashwagandha ist eine bis zu zwei Meter hohe Pflanze mit ovalen Blättern und kirschenartigen Früchten in rötlicher Farbe. Sie ist vor allem in Indien, Pakistan und Afghanistan beheimatet und wird dort seit über 3.000 Jahren in der Naturheilkunde eingesetzt.

Die Schlüsselnaturstoffe sind vor allem Alkaloide wie Withanin, Somniferin, Tropin und

steroidale Lactone, die Withanolide genannt werden. Ashwagandha hat mit mehr als 5 % den höchsten Prozentsatz an Withanoliden der Welt.

Ashwagandha in AdaptoMAX wird rein aus den Wurzeln gewonnen. Viele Hersteller füllen Ihren Extrakt mit Ashwagandha-Blättern auf, doch hierin ist Withaferin A enthalten, das als zytotoxisch, also zell- und gewebeschädigend gilt. Sie mischen die Blätter-Extrakte unter, da die Produkte dann den Anschein erwecken, höhere Wirkstoffgehalte inne zu haben. Dass diese Stoffe jedoch zum Teil gefährlich sind, davon spricht niemand.

Mit dem reinen Wurzelextrakt in AdaptoMAX entgehen Sie dieser Gefahr und können die Vorteile von Ashwagandha ohne ein schlechtes Gefühl genießen.

Rhodiola rosea ist in der überlieferten Volksmedizin und Pflanzenheilkunde in Russland seit



langem bekannt. In Sibirien zum Beispiel wird traditionell Rhodiola rosea verwendet, um die körperliche Ausdauer, die Arbeitsproduktivität und die Langlebigkeit zu erhöhen. Auch um die Resistenz gegen Höhenangst zu fördern und Schläpheit/Er-

schöpftheit zu vermeiden.

Rhodiola rosea bildet einen unterirdischen oft verzweigten 1-5 Zentimeter dicken Stamm. Der *Rhodiola*-Extrakt wird aus der Wurzel gewonnen. Der deutsche Name „Rosenwurz“ erinnert an den rosenartigen Duft, der beim Aufschneiden der Wurzel entsteht.

Der Ursprung des standardisierten *Rhodiola rosea* Extrakts entstand, als der Wissenschaftler Dr. Ziadine Ramazanov in der russischen Armee in Afghanistan diente. Als einer seiner Kameraden ein Paket mit *Rhodiola* Wurzeln von seiner Familie erhielt und er selber die Erfahrung einer dauernd erhöhten positiven Unterstützung des Tees aus diesen Wurzeln auf sich und seine Soldaten feststellen konnte, widmete er sich nach seiner Rückkehr der wissenschaftlichen Untersuchung dieses Adaptogens.

Was Ashwagandha in AdaptoMAX® so einzigartig macht



Ashwagandha in AdaptoMAX wird mit einem einzigartigen Extraktionsverfahren hergestellt, das auf sicheren, natürlichen Grundlagen basiert – ohne Alkohol oder anderen chemischen Lösungsmitteln.



Der Hersteller des Ashwagandha-Extrakts hat im Bundesstaat Telangana in Indien (im Zentrum der Dekkan-Hochebene am Fluss Musi) seine eigenen Farmen, Produktionsanlagen, Testlabors und sein eigenes Forschungszentrum.



Nichts wird ausgelagert und keine Zwischenhändler sind beteiligt. Das Ergebnis dieses Vorgehens ist qualitativ hochwertiges Ashwagandha mit stets gleichbleibender Qualität. Der Ashwagandha-Extrakt wird nach strengsten Richtlinien hergestellt und nach traditioneller Vorgehensweise. Harsche, chemische Extraktionen, die sich andere Hersteller zu Nutze machen, um ihren Gewinn zu maximieren, lehnen wir strikt ab.



AdaptoMAX enthält einen „Vollspektrum“ – Ashwagandha-Extrakt, das bedeutet, dass alle Bestandteile in der Gewichtung vorliegen wie der ursprünglichen Wurzel, ohne einen Bestandteil künstlich herauszustellen.

Was *Rhodiola rosea* in AdaptoMAX® so einzigartig macht



Die Wurzeln von *Rhodiola rosea*, die für AdaptoMAX verwendet werden, werden in den Bergen des Altai-Gebiets in Sibirien, ca. 450 km südwestlich von Nowosibirsk, von erfahrenen Sammlern geerntet.

Die Altay Berge sind ein unberührtes Gebiet, frei von Verunreinigungen und liegen in einem der am besten erhaltenen und abgelegensten Gegenden der Welt.

Nur die Wurzeln, die mindestens 4-5 Jahre alt sind werden geerntet, gereinigt, geschnitten und sorgfältig bei einer niedrigen Temperatur getrocknet und extrahiert, denn nur so können die bioaktiv wertvollen Phyto-Nährstoffe bewahrt werden. Die kontrollierten Ernten werden mit einer speziellen Er-



laubnis durch die russische Regierung autorisiert und ausgegeben.



Der in AdaptoMAX verwendete Extrakt aus *Rhodiola rosea* enthält wirklich und nachweislich alle 4 aktiven Substanzen Rosin, Rosarin und Rosavin (als gesamte Rosavine) zusammengefasst) und Salidroside. Das natürliche Verhältnis der Aktivstoffe ist 3:1 (Gesamte Rosavine:Salidroside), was wir in unserem Extrakt beibehalten, um die Intelligenz der Natur für uns voll auszuschöpfen.

Auf dem Markt gibt es leider immer wieder Vertreter, die ähnlich klingende Komponenten beimischen, um den gesamten Rosavin-Gehalt (fälschlicherweise) zu erhöhen. Achten Sie hier stets darauf, den natürlichen Extrakt zu erhalten, der nicht gepanscht wurde.

Die Kombination aus den gesamten Rosavinen und Salidrosiden ist einzigartig für *Rhodiola rosea*. Da die Pflanze jedoch rar ist, wird auch deshalb gerne betrogen. Billighersteller mischen einfach andere *Rhodiola*-Arten bei – es gibt insgesamt über 90 *Rhodiola*-Arten – von denen Sie nicht profitieren können.



Rhodiola rosea wird in einer mit cGMP-zertifizierten (= Gute Herstellungspraxis; Richtlinien zur Qualitätssicherung der Produktionsabläufe und -umgebung in der Produktion) Produktionsanlage auf den Kanarischen Inseln weiterverarbeitet.

Der Gehalt an gesamten Rosavinen und Salidrosiden ist hierbei standardisiert. Dieser Extrakt entspricht der bioaktiven Zusammensetzung, wie sie in zahlreichen wissenschaftlichen Publikationen verwendet wurde. Der spezielle Produktionsprozess sichert die Bewahrung des vollen Spektrums der natürlichen phytoaktiven Zusammensetzung.

Was Ashwagandha und *Rhodiola rosea* in AdaptoMAX® in einem Präparat so einzigartig macht

Vielleicht fragen Sie sich: „Was ist besser: Ashwagandha oder *Rhodiola rosea*?“ Genauso gut könnte man fragen: „Was ist besser: Äpfel oder Birnen?“ Keine der beiden Obstsorten ist „besser“ – auch wenn individuelle Vorlieben bestehen. Aber egal, ob Sie Ashwagandha oder *Rhodiola rosea* bevorzugen, Sie werden die einzigartige **synergetische Kombination** der beiden in einem Präparat lieben!

Hier sind die Gesundheits-Vorteile von AdaptoMAX im schnellen Überblick.

Die in AdaptoMAX enthaltenen adaptogenen Pflanzen Ashwagandha und *Rhodiola rosea* mit ihren ungewöhnlichen Eigenschaften ...

- ✓ **schenken Ihnen eine gesunde, innere Ausgeglichenheit, mehr Energie, mehr Entspannung und mehr Gelassenheit**
- ✓ **verbessern Ihren mentalen Fokus, fördern Ihren Schlaf**
- ✓ **reduzieren Ihren Stress und Ihre Angst und verbessern Ihre Stimmung und Ihr Wohlbefinden**
- ✓ **dienen Ihnen als Aphrodisiakum und erhöhen Ihre Libido**
- ✓ **steigern Ihre Ausdauer und Leistungsfähigkeit**

Alles in allem unterstützen beide Pflanzen zusammen positiv Ihr Nervensystem und machen insgesamt fitter, wacher und stressresistenter und unterstützen allgemein hormonell ausgleichend!

Gerade, wenn ich hier auf diesem Stuhl sitze und Ihnen diesen Brief schreibe, denke ich, wie Millionen Menschen an stressbedingten Gesundheits-Problemen leiden und bisher keine Lösung



für ihre Probleme erhalten haben. Das ändert sich jetzt, denn das neue

Dr. Hittich AdaptoMAX® stoppt den Raub an Energie und Lebenskraft im Alter

Entdecken Sie jetzt die positiven Synergie-Effekte des perfekten Zusammenspiels von **Ashwagandha** und **Rhodiola rosea** in AdaptoMAX als **beste Strategie** zur Vorbeugung und alternativen Therapie von stressbedingten Gesundheits-Problemen. Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen die positiven Effekte dieser Pflanzen.

AdaptoMAX® baut Ihre Angst und Ihre Stressoren ab

- Ashwagandha erhöht signifikant Ihre Stressresistenz, Ihre Schlafqualität, Ihre mentale Ausgeglichenheit, Ihre Produktivität, Ihre Entspannung und damit Ihre Lebensqualität. Eine Studie zeigte, dass die Ashwagandha-Gruppe eine signifikante Stressreduzierung um **44 %** auf einer Skala zur Messung subjektiv wahrgenommenen Stresses von Individuen, um **72 %** auf einer Depressions-Angst-Stress-Skala und einen signifikant niedrigeren Cortisol-Spiegel von **27,9 %** erzielte.
- In einer anderen doppelblinden, Placebo kontrollierten klinischen Studie mit Männern und Frauen im Alter von 18 bis 60 Jahren wurden die stressreduzierenden Effekte von Ashwagandha bewertet. Die Stresssymptome nahmen bei täglichem Verzehr signifikant ab: Cortisol-Spiegel sanken um **24,2 %**, die Spiegel des Entzündungsmarkers C-reaktive Proteinspiegel um **36,6 %**. Verglichen mit dem Placebo zeigte sich in einer anderen Studie unter Verzehr von Ashwagandha eine Steigerung der Muskelkraft, ein größeres Muskelwachstum in den Armen und der Brust und einen Anstieg der Testosteronspiegel.
- In einer weiteren Studie wurden die Effekte eines Ashwagandha-Extrakts auf die negativen Auswirkungen von Stress inklusive erhöhter Cortisol-Spiegel beobachtet. Die Teilnehmer der Studie berichteten von steigender Energie, weniger Erschöpfung, besserem Schlaf und allgemein von mehr Wohlbefinden. Außerdem wiesen die Probanden nach Beendigung der Studie einen um **26 %** reduzierten Cortisol-Spiegel auf.
- Auch Rhodiola rosea verbessert die Widerstandsfähigkeit gegenüber Stress, erhöht Ihre Lebensqualität und führt zu einer signifikanten Reduktion von Ängstlichkeit, Stress, Wut, Konfusion und Depressions-Gefahr, sowie einer signifikant besseren Gesamtstimmung.
- Über einen längeren Zeitraum wurde in einer Studie der Effekt von Rhodiola rosea bei 60 Menschen untersucht, die unter stressbedingter Erschöpfung leiden. Die Studie wurde randomisiert, doppelblind und Placebo-kontrolliert durchgeführt. Eine Gruppe erhielt täglich einen Rhodiola-Extrakt, die andere ein Placebo.
Rhodiola rosea übte einen signifikanten Anti-Ermüdungseffekt aus, der die geistige Leistungsfähigkeit steigert, vor allem die Fähigkeit zur Konzentration; des Weiteren senkte Rhodiola die Cortisol-Reaktion beim Auftreten von Stress bei den Burnout-Patienten mit Erschöpfungssyndrom.
Die gemessenen Cortisol-Spiegel waren innerhalb der ersten Stunde nach dem Aufwachen niedriger als vor dem Beginn mit Rhodiola rosea.
- In einer anderen Studie zeigte Rhodiola rosea einen antientzündlichen Effekt – gemessen an

einer Verminderung des Entzündungsmarkers C-reaktives Protein.

AdaptoMAX® steigert Ihre körperliche Leistungsfähigkeit

- Rhodiola rosea verbessert signifikant Ihre körperliche Fitness, Ihre Ausdauer, Ihre geistige Wachheit sowie Ihr allgemeines Wohlbefinden. Rhodiola rosea reduziert signifikant die Laktat-Spiegel sowie Parameter der Schädigung der Skelettmuskulatur und erhöht die Anpassungsfähigkeit Ihres Körpers an körperliche Tätigkeiten.
- In einer experimentellen Studie stellten Forscher fest, dass Ashwagandha signifikant die Regeneration geschädigter Nervenzellen unterstützte. Mehr noch, Ashwagandha unterstützte auch die Rekonstruktion von Synapsen, sprich die Nervenzellenenden an denen Reize übertragen werden. Die Forscher schlossen daraus, dass Ashwagandha helfen kann, geschädigte Nervensysteme wieder aufzubauen. Darüber hinaus unterstützt Ashwagandha nicht nur die Regeneration geschädigter Nervenzellen, sondern auch das Wachstum gesunder Nervenzellen.
- Ashwagandha stärkt die Abwehr: In einer Studie nahmen die Teilnehmer 2 x täglich Ashwagandha Wurzel-Extrakt über einen Zeitraum von 96 Stunden zu sich. Die Ergebnisse waren erstaunlich. Nach nur 96 Stunden stellten die Wissenschaftler eine signifikante Aktivierung der Abwehrzellen bei den Probanden fest. In der Gruppe mit Rhodiola rosea wurden Verbindungen im Blut nachgewiesen, die eine antivirale Aktivität hervorrufen können.
- Ashwagandha kann das Wachstum von Zellveränderungen hemmen: Eine experimentelle Zellstudie zeigte, dass Ashwagandha-Extrakt sogar Zellveränderungen entgegentritt. So zeigte sich in einem Labor-Versuch, dass Ashwagandha-Extrakt das Wachstum von Brust-, Lungen-, und Darmkrebszellen hemmt. Der hemmende Effekt war bei Brust- und Darmkrebszellen sogar besser als ein herkömmliches chemisches Krebs-Medikament.
- Ashwagandha bekämpft Entzündungs-Probleme: Im Tierversuch konnte gezeigt werden, dass Ashwagandha die Folgen von Arthritis-Problemen ähnlich gut bekämpft wie chemisches Hydrocortison – jedoch ohne gefährliche Begleiterscheinungen.
- Ashwagandha bekämpft Bakterien: Eine experimentelle Studie zeigt, dass Ashwagandha eine ganze Bandbreite pathogener Keime bekämpft und im Gegensatz zu künstlichen Antibiotika keine schädigenden Begleiterscheinungen hat.

AdaptoMAX® erhöht Ihre geistige Leistungsfähigkeit

- Ashwagandha schärft den Verstand, regeneriert geschädigte Nervenzellen und reduziert die Degeneration der Gehirnzellen um 80 %! In einer bemerkenswerten Tierstudie aus dem Jahr 2001 zeigte eine Untersuchung an unter chronischen Stress gesetzten Ratten, dass 85 % der Gehirnzellen der Tiere Anzeichen von Degenerierung aufwiesen. Dieser Typ von Degenerierung kann zu anhaltenden kognitiven Schwierigkeiten führen.
- In einer Humanstudie wurde bei Gedächtnistests nachgewiesen, dass Ashwagandha das kurz- und langfristige Erinnerungsvermögen, die Aufmerksamkeit und die Geschwindigkeit der Informationsaufnahme und -verarbeitung verbessern kann. Eine weitere Studie zeigte, dass Rhodiola rosea die mentale Leistungsfähigkeit, die Konzentration und die Reaktionszeit verbesserte und den als Reaktion auf Stress erfolgenden Anstieg des Cortisol-Spiegels senkte.

AdaptoMAX® verbessert Ihre emotionale Gesundheit



- Rhodiola rosea unterstützt signifikant bei Depressions-Gefahr, Schlaflosigkeit, emotionaler Instabilität sowie Somatisierung (= die Umwandlung von seelischen Konflikten und Belastungen in Organerkrankungen). Die Beeinflussung der emotionalen Fähigkeit zeigte eine Studie, in der es gelang, entspannende Hirnaktivitäten zu stimulieren und belastende zu unterdrücken.

AdaptoMAX® steigert Ihre sexuelle Zufriedenheit

- Eine Studie mit 75 gesunden fruchtbaren sowie 75 unfruchtbaren Männern zeigte, dass Ashwagandha die Sperma-Qualität beider Gruppen deutlich steigern konnte. Die Anzahl der Spermien, ihre Konzentration, ihr Volumen, ihre Beweglichkeit sowie das Serum-Testosteron erhöhten sich bei gleichzeitiger Reduzierung der schädlichen Folgen von oxidativem Stress auf die Fortpflanzungsfähigkeit. Außer Ashwagandha ist keine andere Pflanze bekannt, die den Testosteron-Spiegel auch bei „gesunden“ Männern erhöhen und den Cortisol-Spiegel senken kann.
- Eine andere Studie zeigte, dass Ashwagandha auch die sexuelle Funktion bei gesunden Frauen verbessern konnte und ihnen eine höhere sexuelle Zufriedenheit brachte.

Aber das ist noch nicht alles ...

L-Serin, Glycin und Vitamin B1 sind die perfekte Ergänzung zu den Adaptogenen Ashwagandha und Rhodiola rosea

Mit den zusätzlichen Aminosäuren L-Serin und Glycin sowie Vitamin B1 im neuen AdaptoMAX halten Sie die gesunde Funktion Ihres Nervensystems und Ihres Energiestoffwechsels aufrecht.

Was sind Aminosäuren L-Serin und Glycin – und warum brauchen Sie sie?

Andreas Bunkahle beschreibt in seinem Buch „Orthomolekulare Medizin“ **L-Serin** als „eine wichtige Aminosäure für die Funktionsfähigkeit von Gehirn und Nerven.“ Und weiter: „Aus L-Serin wird in mehreren Zwischenstufen Acetylcholin hergestellt, das für die Informationsübertragung und Reizleitung im Nervensystem nötig ist. Serin ist in der Myelinscheide vorzufinden, die im Gehirn vorkommenden Nerven umhüllt.“

Serin gehört als Phosphatidyl-Serin zu dem Grundgerüst vieler Membranen. Es liegt in den Membranen des Gehirns in besonders hohen Konzentrationen vor und steht in Kontakt mit vielen intrazellulären Proteinen und stellt die Übertragung von bio-chemischen Signalen ins Zellinnere sicher. Es gewährleistet auch, dass die Nerven ihre Reizweiterleitungsfähigkeit erhalten. Damit wird der Informationsaustausch zwischen den Nervenzellen des Gehirns unterstützt“.

Glycin ist ebenfalls am Neurotransmitter-Stoffwechsel beteiligt und für das Nervensystem wesentlich. Dazu schreibt das Diagnostische Centrum für Mineralanalytik und Spektroskopie in Marktheidenfeld: „Vor allem im Rückenmark wirkt Glycin erregungsdämpfend an Glycin-Rezeptoren. Dadurch ist Glycin an der Regulierung Ihrer Bewegungsabläufe beteiligt. In Ihrem Gehirn wirkt Glycin als Coagonist an Glutamaterezeptoren und hat deshalb einen positiven Einfluss auf Gedächtnis- und Aufmerksamkeitsstörungen.“

Aus Glycin kann Cholin gebildet werden. Cholin ist u. a. Ausgangssubstanz für die Bildung der Phospholipide, wichtige Bestandteile der Zellmembranen. Außerdem wird aus Cholin Acetylcholin gebildet, einer der wichtigsten Neurotransmitter. Acetylcholin vermittelt z. B. die Erregungsleitung zwischen Nerv und Muskel an der neuromuskulären Endplatte. Weiterhin stellt

Acetylcholin den Transmitter dar, der die Übertragung von der ersten auf die zweite der beiden hintereinandergeschalteten Nervenzellen im vegetativen Nervensystem bewirkt.“

Was ist Vitamin B1 – und warum brauchen Sie es?

Vitamin B1 zählt zu den Anti-Stress-Vitaminen. Es befindet sich in den Zellwänden der Nervenstränge und ist an der Übermittlung von Nervenimpulsen und an der Synthese von Neurotransmittern beteiligt.

Außer Dr. Hittich AdaptoMAX® gibt es kein Produkt auf dem (Welt)markt, das Ashwagandha und Rhodiola rosea mit den Stoffen L-Serin und Glycin und Vitamin B1 in einer Kapsel zusammen synergetisch vereint.

Die medikamentöse Behandlung von Stress bezieht sich auf Folgeerkrankungen, wie hohen Blutdruck, Panikattacken und Schlaflosigkeit. Gegen eben diese Symptome verschreibt Ihnen Ihr Arzt Medikamente wie Blutdrucksenker, Beruhigungs- und/oder Schlafmittel.

Was Ihr Arzt Ihnen verschweigt, sind die zahlreichen gefährlichen Nebenwirkungen dieser Medikamente. Schlaf- und Beruhigungsmittel können zudem schnell abhängig machen – viele treibt der Stress in die Medikamentenabhängigkeit.

Gegen die Ursache der Beschwerden, nämlich die körpereigene Reaktion auf Stress, helfen diese Medikamente nicht. Auch eine einmal aufgetretene Nebennierenschwäche wird hierdurch nicht behoben.

Anders AdaptoMAX: Mit der Intelligenz der Natur besiegt AdaptoMAX den Stress an der Wurzel – ganz ohne negative Begleiterscheinungen oder Abhängigkeitspotenzial!



„Sie fühlen sich gestresst?“ Machen Sie einen Schnell-Test Ihrer persönlichen Risiken

Egal, ob Sie hoch akuten Stress und damit stark erhöhte Cortisol-Spiegel haben, oder mit erniedrigten Cortisol-Spiegeln bereits in Richtung Erschöpfung tendieren – kreuzen Sie hier einfach an, was auf Sie persönlich zutrifft und Sie geändert haben wollen:



Symptome hoher Cortisol-Spiegel

Die Symptome von zu viel Cortisol entwickeln sich allmählich. Sie umfassen:

- ☐ Gedrückte Stimmung
- ☐ Schnelle Ermüdbarkeit
- ☐ Gewichtszunahme vor allem im Gesicht, im oberen Rückenbereich („Büffelhügel“) und im Oberkörper; Fettleibigkeit, Bauchleibigkeit
- ☐ Rückenschmerz-Probleme
- ☐ Dünne Haut
- ☐ Verminderte Konzentration
- ☐ Schwellung in Händen und Füßen



- ☐ Niedrige Libido
- ☐ Akne
- ☐ Gedächtnisstörungen (insbesondere Kurzzeitgedächtnis)
- ☐ Weibliche Gesichtsbehaarung oder Glatze
- ☐ Schlaflosigkeit
- ☐ Schlechte Hautheilung
- ☐ Reizbarkeit
- ☐ Menstruationsstörungen
- ☐ Blutzucker-Dysregulation, erhöhter Blutzucker
- ☐ Verminderte Knochendichte
- ☐ Erhöhter Blutdruck
- ☐ Leichte Blutergüsse
- ☐ Muskelschwund und Schwäche der Arme und Beine
- ☐ Rötlich-lila Streifen auf der Haut

(Quelle: UHN Staff (2019, 07. Februar) How to Recognize High Cortisol Symptoms. Abgerufen von: https://universityhealthnews.com/daily/depression/how-to-recognize-high-cortisol-symptoms/?mqsc=E3940955&utm_source=WhatCountsEmail&utm_medium=UHN+UHN%20Daily&utm_campaign=Daily_DA20180308-Depression)

Symptome niedriger Cortisol-Spiegel

Das Tragische: Viele Betroffene bringen ihre gesundheitlichen Schwierigkeiten gar nicht mit einer Nebennierenschwäche in Verbindung. Die Symptome von zu wenig Cortisol umfassen:

- ☐ Probleme, morgens aus dem Bett zu kommen
- ☐ Erniedrigter Blutdruck, Kollaps-Neigung
- ☐ Schwindelgefühl
- ☐ Eingeschränktes Erinnerungsvermögen
- ☐ Generelle und extreme Schwäche
- ☐ Erschöpfung und mangelnde Energie
- ☐ Wenig Appetit und Gewichtsabnahme
- ☐ Erhöhte Anfälligkeit für Infekte aller Art
- ☐ Verminderte Toleranz von Stress
- ☐ Energieabfall am Morgen und nachmittags von 15-17 Uhr
- ☐ Oftmalige Müdigkeit abends von 21-22 Uhr, man hält sich jedoch wach



- ☐ Anfällig zum Zittern, wenn man in Stress-Situationen steckt
- ☐ Gesteigertes Wohlbefinden, wenn der Stress abklingt
- ☐ Unterzuckerung
- ☐ Mangelhafte Wundheilung
- ☐ Stimmungsschwankungen, Depressions-Gefahr
- ☐ Eingeschränkte Konzentration und Denkleistung
- ☐ Geschwächte Muskeln
- ☐ Erniedrigte Körpertemperatur und Frieren
- ☐ Verlangen nach Salz
- ☐ Verstopfungen oder Durchfall
- ☐ Schwund der Libido

(Quelle: Hashimoto-Info.de. (o. D.) Nebennierenschwäche: Typische Anzeichen und Symptome. Abgerufen von: <https://www.hashimoto-info.de/begleiterkrankungen/nns/nebennierenschwaeche.html>)

Tun Sie jetzt das einzig Richtige und vertreiben Sie die stillen Räuber, die Ihre Energie und Lebenskraft rauben!

Befreien Sie sich von der Angst und den Folgen von Stress! Schalten Sie um auf ein sanftes, ruhiges und unbeschwertes Leben. Nur 1 kleine Kapsel jeden Tag verschafft Ihnen neue stressfreie Lebensqualität!

Nur **Dr. Hittich AdaptoMAX®** enthält den kraftvollen Adaptogen-Komplex mit der Synergie der zwei stärksten Adaptogene aus den starken Wurzeln der sibirischen Rosenwurz (**Rhodiola rosea**) und der indischen Winterkirsche (**Withania somnifera**, auch **Ashwagandha** genannt) in Verbindung mit den wertvollen Aminosäuren **L-Serin** und Glycin und **Vitamin B1**, die wichtige anregende und zugleich entspannende Botenstoffe für mehr Energie, mehr Leistungskraft und entspannte Nerven freisetzen.

Die Kapseln selbst werden mit Lichtschutz in hermetisch versiegelten, bernsteinfarbenen Apotheken-Gläsern verschickt. Der perfekte Frische-Tresor für den perfekten Schutz. Billigverpackungen aus Plastik oder Weichkapseln mit krankmachenden Weichmachern gibt es bei Dr. Hittich nicht.



Mit jeder Kapsel AdaptoMAX® vertreiben Sie die gefährlichen Lebenskraft-Räuber und stärken Ihre Energie und Lebenskraft für mehr Freude an einer gesunden und lebendigen Zukunft. Exklusiv nur bei Dr. Hittich!

Ihr einmaliger Einführungspreis – bitte umblättern ...

Treffen Sie jetzt die klügste Entscheidung für mehr Energie und Lebenskraft!

AdaptoMAX unterstützt GARANTIERT Ihre Gesundheit ... oder Sie zahlen keinen Cent!
Das gibt es nur bei Dr. Hittich. Wählen Sie auf Ihrer persönlichen GRATIS Test-Anforderung zwischen:

● **Niedrigster, einmaliger Einführungspreis für 1 Jahr**

Jetzt zur Einführung nur ~~12~~ 11 bequeme Teile von nur 29 Euro.

Statt später regulär ~~69,97~~ Euro je Monat, jetzt **nur 29 Euro** je Monat!

Lieferung FREI Haus!

Sie sparen satte 520,64 Euro! Diese hohe Summe sollten Sie sich nicht entgehen lassen!

Zusätzlich erhalten Sie als GRATIS-Geschenke diese 2 Spezialreporte:

1. „Was Sie für Lebensfreude im Alter außer den richtigen Nährstoffen unbedingt brauchen! 3 großartige Hilfen, damit Sie rasch Ihre Sorgen vergessen und Ihr Leben wieder genießen.“
2. „Wie Sie den immer lebensgefährlicheren Hitzewellen trotzen!
Was unbedingt sein muss und worauf Sie verzichten sollten.“

● **100 % Zufriedenheits-GARANTIE**

Egal für welchen Zeitraum Sie sich entscheiden, Sie entscheiden immer ohne Risiko!
Ich gebe Ihnen meine 100 % Zufriedenheits-Garantie! Nehmen Sie dieses natürliche Gesundheits-Mittel bis zur letzten Kapsel. Sie sind zufrieden oder erhalten jeden Cent zurück! Sofort und ohne lästige Fragen! Bis 12 Monate nach Ihrer Anforderung! Keine Rücksendung notwendig! Kein verstecktes Kleingedrucktes! Nur Vertrauen! Das gibt es nur bei Dr. Hittich!



Wann tritt ein spürbarer Effekt ein?

Bereits nach 14 Tagen wird einer Studie zufolge eine signifikante Reduzierung von Stressbeschwerden wie Angst, Ärger, Verwirrung und gedrückter Stimmung erzielt.

Wenn Sie anfänglich noch keine deutliche Unterstützung bei Ihren Beschwerden bemerken, sollten Sie bitte daran denken, dass jeder Mensch verschieden ist. Je nachdem, wie stark die Stressbelastung und die individuellen Stressfaktoren sind, kann es auch mehr Zeit erfordern, bis Sie spürbare Effekte bemerken. Andererseits gibt es auch Stressgeplagte, die bereits in kürzerer Zeit große Unterstützung erleben.

Je länger Sie AdaptoMAX® regelmäßig täglich nehmen, desto gesünder wird Ihre Reaktion auf Stress. Und wie bei allen natürlichen Gesundheits-Mitteln gilt: Mutter Natur entfaltet ihre Gesundheits-Kraft nicht über Nacht, sondern sanft, nachhaltig und sicher.



Handeln Sie jetzt – Stress kennt keine Gnade!

Vielleicht denken Sie, sollte ich, oder sollte ich nicht? Weil Sie kein Risiko eingehen, sollten Sie heute noch Ihrer Gesundheit eine Chance geben – denn Stress kennt keine Gnade!

Fürchten Sie nicht länger die gefährlichen Lebenskraft-Räuber „Zukunftssorgen“, die ständigen Gedanken „Was passiert, wenn!“ Erleben Sie, wie Sie Ihr Leben wieder neu genießen mit neuer Energie, geschärftem Geist und voller Konzentration, mit neuer körperlicher und emotionaler Gesundheit und gestärkter Leistungskraft!

Füllen Sie am besten gleich Ihre persönliche GRATIS Test-Anforderung aus und geben ihn heute noch zur Post oder schicken ihn per Fax an 0800- 3 103 236.

Oder wenn es für Sie bequemer ist, rufen Sie einfach unter 0800-1 827 728 kostenlos an.

Ich wünsche Ihnen eine stressfreie Zeit!

Mit herzlichen Grüßen Ihr

A handwritten signature in blue ink that reads 'Dr. Reinhard Hittich'. The signature is fluid and cursive, with the first letters of the first and last names being capitalized and prominent.

Dr. Reinhard Hittich

Biochemiker, Gründer und Leiter Dr. Hittich Gesundheits-Mittel

PS: Es ist an der Zeit, wieder glücklich zu sein! Nehmen Sie Ihre Stress-Symptome und seine Folgen ernst und befreien Sie sich mit Dr. Hittich AdaptoMAX mit der Intelligenz der Natur ganz einfach von den folgeschweren Gesundheitsrisiken!

Wenn Sie innerhalb von 7 Tagen antworten, erhalten Sie als EXTRA-GESCHENK den exklusiven Sommer-Spezialreport: „77 Tipps für den Urlaub ohne Reue! Worauf Sie auf der Reise, im Hotel und im Restaurant unbedingt achten sollten!“

+++ EILIGE +++ WARNUNG!

**Vertreiben Sie jetzt die stillen Räuber,
die Ihre Energie und Lebenskraft rauben!**

- Haben Sie Angst vor der Zukunft?
- Plagen Sie Sorgen, Ängste und Nöte?
- Leiden Sie unter nachlassender Kraft?
- Verspüren Sie oft eine innere Unruhe?
- Leiden Sie unter Schlafproblemen?
- Sind Sie schnell gereizt, genervt, verärgert?
- Hegen Sie negative Gefühle wie Groll, Ärger?
- Nehmen Sie sich mehr vor, als Sie erledigen können?
- Haben Sie das Gefühl der Isolation oder Schwierigkeiten im Umgang mit Anderen?
- Leiden Sie unter Müdigkeit, chronischen Infektions- oder Schmerz-Problemen?

