

# Was ist eine Nebennierenschwäche - Adrenal Fatigue?

Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg

Heilpraktikerin, Buchautorin,

Fachfortbildungsleiterin FVDH für Biochemie und Ernährung

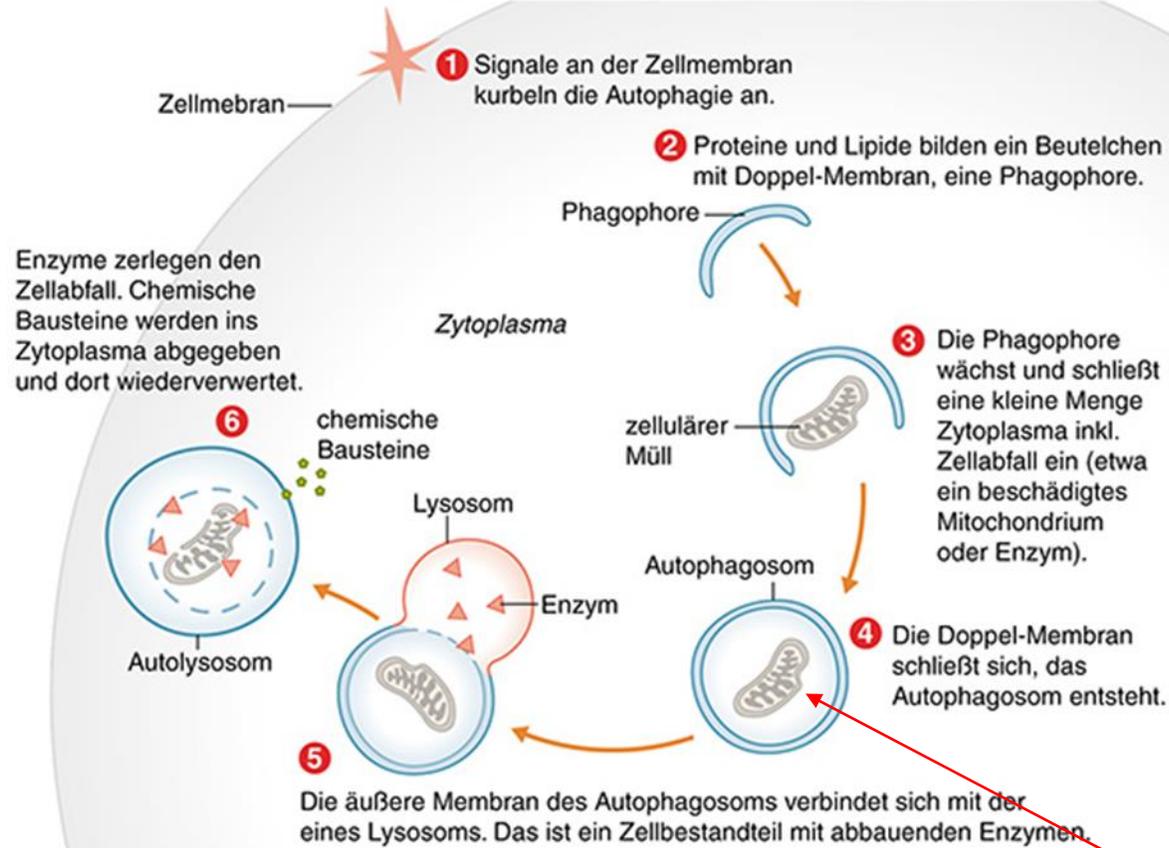
Vizepräsidentin des Biochemischen Bundes Deutschland

# Nobelpreis 2016

## Autophagie: Die „Müllentsorgung“ des Körpers

### Medizin-Nobelpreis für Zellforscher

Der Japaner Yoshinori Ohsumi (71) erhält den Medizin-Nobelpreis 2016. Er erforschte, wie die lebenswichtige Müllentsorgung in Körperzellen funktioniert – die Autophagie.



dpa•24769

Quelle: Nobelpreiskomitee, Spektrum der Wissenschaft, dpa

Mitochondrien  
Ort der Erschöpfung

# Was ist eine Nebennierenschwäche - Adrenal Fatigue?

- Erkrankungen der Nebennieren nehmen seit Jahren zu, es sind nicht die Erkrankungen, die manifest und greifbar sind wie z.B. das Phäochromozytom oder Conn-Adenom (Primärer Hyperaldosteronismus) u.a. Nein, es ist mehr die Schwäche oder auch die Erschöpfung der Nebennieren, gerne auch „Adrenal Fatigue“ genannt.
- Hauptsymptome sind Erschöpfung, Müdigkeit, Zyklusstörungen, Muskelschmerzen, Verdauungsstörungen, Schilddrüsenerkrankungen, Nahrungsmittelintoleranzen und Autoimmunerkrankungen als deren Folge.
- Die Hauptursache ist Stress und der ist in unserer heutigen Zeit reichlich vorhanden. Ob es Arbeitsstress oder der Freizeitstress - ist der Nebenniere ab einem gewissen Punkt egal, die Nebenniere erschöpft sich und dann werden nicht genügend Hormone z.B. Cortisol hergestellt.
- Der therapeutische Weg erfordert Hintergrundwissen und einen Lösungsansatz z.B. mit den Heilmittelpräparaten nach Heck.

# Nobelpreis 2017

## Forschungen zur inneren Uhr

### Optimierungszwang macht den Menschen zum Verlierer

- Rhythmisierung des Lebens
- Rhythmisierung des Alltags
- Biorhythmen
- Eine Verletzung, die man sich am Tag zufügt, heilt schneller als eine die in der Nacht entsteht
- Operationen, die am Tag durchgeführt werden, sind in der Rekonvaleszenz besser als Notoperationen in der Nacht.
- Ernährung im Tages- und Jahreszeitenlauf – hat auch Einfluss auf die Hormone
- Regional – saisonal
- Bitterstoffe – wärmende Lebensmittel
- Darmflora hat wesentlichen Anteil an der Gesundheit
- Generelle gute Wärmeversorgung des Körpers – Nieren

→ RhythmoSan HE<sup>®</sup>, Fa. Heck Bio-Pharma

---

## RhythmoSan HE®

150 Kps.

RhythmoSan HE® ist eine Naturzeolith-Rezeptur mit Bambusextrakt, Cholin, Chrom und Betain, die sich positiv auf den Blutdruck, die Leberfunktion und chronische Erkrankungen auswirkt.

### Therapeutischer Einsatz:

- starker Stress
- chronische Erschöpfung
- Schichtarbeitsmaladaptions-Syndrom
- chronischer Jet-lag-Syndrom
- körperliche und geistige Überbeanspruchung
- Ausleitung bei chronischen Erkrankungen

### Zusammensetzung je Kapsel:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	250 mg
Betain-HCl	250 mg
Bambusextrakt	2,5 mg
Cholinhydrogentartrat	1 mg
Chrompicolinat 12% ( entspricht 45µg Chrom)	0,375 mg

### Einnahmeempfehlung:

- 5 Kps. über den Tag verteilt einnehmen - angepasst an den individuellen Tagesrhythmus.
- Auf ausreichend Flüssigkeitszufuhr achten.



# Nobelpreis 2019

## Forschungen zur Reaktion der Körperzellen auf Sauerstoffmangel

- Zellatmung
- HIF
- EPO

Hypoxie-induzierter Faktor (HIF) ist ein Transkriptionsfaktor, der die Versorgung der Zelle mit Sauerstoff reguliert, indem er eine Balance zwischen Sauerstoffbedarf und Sauerstoffversorgung herstellt.

Erythropoetin (EPO) und Anämie

Der körpereigene Reiz für die Produktion von EPO ist die Hypoxie, z.B. bei Anämien unklarer Genese

Hämoglobinopathien, bei häufigen Höheng Aufenthalten.

→ Ferrum-Komplex, Fa. Heck Bio-Pharma



Peter Ratcliffe aus Großbritannien sowie William Kaelin und Gregg Semenza aus den USA entdeckten, wie Zellen den Sauerstoffgehalt in der Umgebung wahrnehmen und sich daran anpassen. Damit haben die drei Forscher nach Ansicht des Nobel-Komitees die Grundlagen geschaffen für die Entwicklung neuer Strategien zur Bekämpfung von Blutarmut, Krebs und vielen anderen Erkrankungen.

## Ferrum-Komplex

60 Kps.

Der **Ferrum-Komplex** enthält pflanzliches Eisen aus Curryblatt-Extrakt und ist im Gegensatz zu Eisensalz-Verbindungen wie Eisen-II-Gluconat gut verträglich. Um die Eisenresorption zu erhöhen, wurde Vitamin C-Ester zugesetzt.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Behandlung von Anämien aufgrund einer Eisenunterversorgung
- zur normalen Bildung von Erythrozyten und Hämoglobin
- bei Blutverlust durch Menstruation oder Operationen
- zur Verminderung von Müdigkeit und Erschöpfung
- in der Schwangerschaft und Stillzeit

### Zusammensetzung Tagesverzehrmenge (2 Kapseln) enthält:

Inhaltstoff	Menge	NRV*
Curryblatt-Extrakt (FerroPlant®)	768 mg	-
- davon Eisen	23 mg	164 %
Vitamin C	78 mg	97,5%

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

### Zutaten:

Curryblatt-Extrakt (FerroPlant®); Vitamin C-Ester;  
Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose.

### Verzehrempfehlung:

- Täglich 2 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit verzehren. Am besten nüchtern oder 1–2 Stunden nach einer Mahlzeit.
- Nicht zusammen mit Kaffee bzw. Schwarz- oder Grüntee einnehmen.

# Medizin-Nobelpreis 2021

Julius und Patapoutian für die **Entdeckung von Temperatur- und Berührungs-Rezeptoren ausgezeichnet.**

Beide Druckrezeptoren übernehmen im Körper wichtige regulatorische Funktionen , **etwa beim Erhalt des Blutdrucks, in der Blasenkontrolle oder bei der Atmung.**

Piezo2 spielt für den Tastsinn eine wichtige Rolle und ist beteiligt an dem, was Wissenschaftler Propriozeption nennen: das intuitive Wissen über die **Haltung und Bewegung des Körpers.**

→ **Neuro-Komplex + Basis-Baustein, Fa. Heck Bio-Pharma**

## Neuro-Komplex

60 Kps.

**Neuro-Komplex** ist ein Präparat zur Unterstützung des Stoffwechsels der Hormone und Neuro-transmitter des sympathischen Nervensystems.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur unterstützenden Behandlung depressiver Verstimmungen
- zur unterstützenden Behandlung neurologisch-psychiatrischer Erkrankungen

### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Tyrosin	10 mg
L-Phenylalanin	10 mg
L-Tryptophan	5 mg
L-Glutamin	5 mg
Taurin	5 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	245 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich vor einer Mahlzeit einnehmen

Die Aufnahme von Aminosäuren auf leeren Magen kann die Resorption erhöhen, da keine Konkurrenz durch die Aufnahme von Nahrungsproteinen entsteht.



## Aminosäuren-Komplex

60 Kps.

Der **Aminosäuren-Komplex** enthält die acht essentiellen Aminosäuren sowie die bedingt essentiellen Aminosäuren L-Cystein, L-Histidin und L-Tyrosin.

### Therapeutischer Einsatz:

- als Vorstufe zahlreicher Proteine: Strukturproteine (Kollagen, Elastin, Keratin), Transportmoleküle (Hämoglobin, Myoglobin), Gerinnungsfaktoren, Enzyme
- als Bestandteile von Hormonen und Neurotransmittern
- für Muskulatur, Sehnen und Bänder
- zum Aufbau der Haut und Haare
- als Bausteine des Immunsystems (Immunglobuline)
- bei hepatischen Entgiftungsreaktionen
- zur Synthese von Substanzen notwendig, die der Energiebereitstellung dienen
- eine optimale Zufuhr bis ins hohe Alter hat Einfluss auf den Gesundheitszustand bzw. die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich mit ausreichend Flüssigkeit vor einer Mahlzeit einnehmen.

Die Einnahme sollte auf nüchternem Magen erfolgen, um eine Konkurrenz bei der Aufnahme von Nahrungsproteinen zu umgehen.

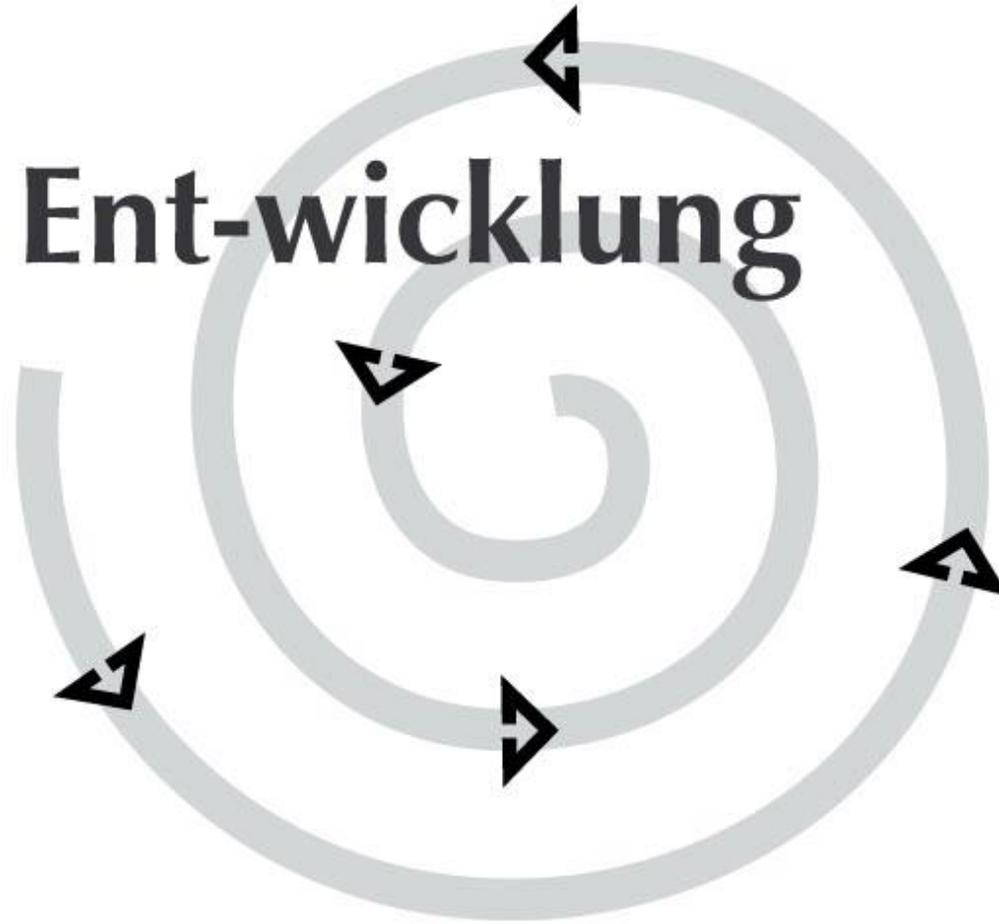
### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Lysinhydrochlorid	20 mg
L-Leucin	25 mg
L-Isoleucin	15 mg
L-Valin	20 mg
L-Threonin	15 mg
L-Tyrosin	10 mg
L-Phenylalanin	15 mg
L-Tryptophan	5 mg
L-Methionin	15 mg
L-Cysteinhydrochlorid	15 mg
L-Histidinhydrochlorid	10 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	241 mg

Die Aminosäuren sind fermentativ hergestellt.



# Ent-wicklung



Quelle: Die 12 Salze des Lebens, Mankau Verlag

# Hormone

- „Horman“ = altgriechisch, bedeutet antreiben, erregen. 1905 von Ernst Starling geprägt
- Weit über 1000 verschiedene Hormone
- Noch nicht alle identifiziert
- Sind in ein komplexes System eingebaut, sowohl im lebendigen Organismus als auch in der Umwelt
- Da das **Hormon- und Stoffwechselsystem** einander bedingen, ist es erforderlich beide Systeme im diagnostischen Blick zu haben.
- Da Hormone individuell wirken, sollten die Behandler besonders respektvoll und besonnen mit Dosierung und Medikamentation umgehen.

# Hormone

- Die Steuerung fast aller Körperfunktionen erfolgt chemisch über Hormone.
- Über die Blutbahn gelangen diese zum Zielort und wirken über spezielle Rezeptoren.
- Eine große Zahl von Hormonen wurde in der Zwischenzeit identifiziert.
- Das können Eiweiße, Peptide, Aminosäuren, Amine oder Steroide sein.

# Hormone

- **Aminosäurenderivate:** Adrenalin, Noradrenalin, Thyroxin
- **Kleine Peptide:** Vasopressin, Thyrotropin releasing Hormon
- **Protein:** Insulin, Somatotropin, Parathormon, thyroideastimulierendes Hormon
- **Steroide:** Kortison, Progesteron, Östrogen, Testosteron, Calcitriol

# Hormone

- Interessanterweise werden die gleichen Substanzen auch von Nervenzellen des Gehirns gebildet, die dann über Synapsen als Neurotransmitter andere Nervenzellen steuern können.
- Und es gibt Nervenzellen des Gehirns, die aus Nervenenden Hormone in die Blutbahn abgeben, die **Neurohormone**.
- Für eine Reihe von Verhaltensweisen konnte eine direkte Abhängigkeit von Neurohormonen gezeigt werden.
- Dazu gehören **Sexualverhalten, Brutpflegeverhalten oder die Stressantwort**.

# Hormone

- Eine Substanz mit einer klaren Wirkung auf Verhalten, Befinden oder auf die Physiologie ist aus naheliegenden Gründen pharmakologisch äußerst attraktiv.
- Denn man kann damit Krankheiten oder deren Symptome relativ einfach behandeln. (So der Gedanke!)
- So ist **Cortison**, das Hormon der Nebennierenrinde, für die Behandlung von **Entzündungen** wichtig.
- **Östrogen**, das Hormon der Ovarien, bessert die Depression bei Frauen in den Wechseljahren
- Insulin, das Hormon der **Bauchspeicheldrüse**, hilft dem Diabetiker.

# Hormone

- Hormone haben aber leider fast immer eine individuelle unterschiedliche Wirkung.
- Gründe sind vielfältig und nicht immer eindeutig erklärbar
- Der Verordner muss sich deshalb an die optimale Dosierung eines hormonellen Medikaments empirisch „herantasten.“
- Der Patient wird „eingestellt“.
- Das Problem dabei:
- Hormone bilden immer funktionelle Regelkreise, sie sind Teil eines Getriebes, das sich insgesamt verändert, wenn der Parameter sich verändert.
- Diese Veränderungen äußern sich dann als „Nebenwirkungen“.

# Hormone

- **NW z.B. bei Cortison:**
- Schlafstörungen
- Depressionen
- Übergewicht
- Brüchigkeit von Haut und Schleimhäuten
- U.v.m.
- Dies fordert dann weitere Medikamente
- Die Kunst des „Pharmazeuten“ besteht nun darin die NW eines Medikamentes in ein anderes Fachgebiet fallen zu lassen.
- So muss der Patient nachdem er beim Endokrinologen behandelt wurde, möglicherweise zum Neurologen, Psychiater, Dermatologen oder einem anderen Facharzt.
- In dieser Misere stecken unsere Patienten!
- Lösungsweg?

# Die Ergebnisse der Lancet-Studie als Beispiel für Hormongaben:

1. Je mehr, je früher und je länger Hormonpräparate gegeben wurden, desto höher war das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken.
2. Das Risiko stieg insbesondere dann an, wenn die Frauen normalgewichtig und eher jünger waren (unter 50 Jahren) und es erhöhte sich weniger bei übergewichtigen und älteren Frauen.
3. Bereits im zweiten Jahr der Anwendung war ein erhöhtes Risiko für Brustkrebs nachweisbar.
4. Das erhöhte Risiko hielt auch noch über zehn Jahre nach Absetzen an.

# Die Ergebnisse der Lancet-Studie als Beispiel für Hormongaben

1. Bei **einer gemeinsamen Einnahme von Progestinen und Estrogenen** kam es zu vier zusätzlichen Brustkrebsfällen pro 200 Frauen; wenn zusätzlich zu Estrogen die Progestine in Intervallen eingenommen wurde, traten drei zusätzliche Brustkrebsfälle pro 200 Frauen auf und wenn Estrogene allein eingenommen wurden, führte das zu einem zusätzlichen Brustkrebsfall pro 200 Frauen. Das geringste Risiko hatte demnach die Estrogen-Monotherapie, das höchste Risiko die Einnahme von Estrogenen und Progestinen zusammen.
2. Sowohl bei transdormaler Hormongabe (also Hormone als Creme) als auch bei oraler Einnahme trat kein vermindertes, **sondern ein erhöhtes Krebsrisiko auf**.
3. Bei der **vaginalen Anwendung von Östrogenen war kein erhöhtes Brustkrebsrisiko nachweisbar**.  
→ RelaxSan HE® Ovula, Fa. Heck Bio-Pharma

---

## RelaxSan HE® Ovula

24 Stk.

RelaxSan HE® Ovula enthalten Naturzeolith und Glycin und haben nootrope Wirkung.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Unterstützung in Stress-Situationen
- bei gesteigerter Erregbarkeit
- Normalisierung einer psychoemotionalen Anspannung
- bei verschiedenen funktionellen und organischen Erkrankungen des Nervensystems (z.B. Neurosen, vegetative Dystonie)
- bei Schwangeren und Wöchnerinnen zur Beruhigung
- zur Regulation einer Reizdarmsymptomatik
- Regulation des Elektrolythaushalts
- nach einer Hydrocolon-Therapie

### Zusammensetzung je Ovula:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	470 mg
Glycin	130 mg
weißes Wachs	
mittelkettige Triglyceride	
Hartfett	

### Applikation:

- 3 Ovula pro Tag über den Tag verteilt, angepasst an den Tagesrhythmus,
- das letzte Ovula vor dem Schlafengehen
- Dauer der Anwendung nach Anweisung des Therapeuten

### Hinweis:

Die Ovula nicht bei Temperaturen über 25 °C lagern.



# Hormone: Fazit

- **Hormone beeinflussen das ganze Leben**
- Verliebt sein, lässt das Herz schneller schlagen und die rosarote Brille vernebelt die Sinne und den Blick
- Hormone machen zu schaffen in der Pubertät aber auch im Klimakterium
  
- **Hormone beeinflussen:**
- das Verhalten,
- die Emotionen,
- die chemischen Stoffe im Gehirn,
- das Immunsystem,
- die Umwandlung von Nahrung in Energie.

# Hormone - Wirkung

- Beeindruckend sind die enormen Effekte, mit denen die Hormone im Verhältnis zu ihrer geringen Konzentration und Größe wirken.
- Hormone wirken nur auf bestimmte Zielorgane über spezifische Hormonrezeptoren, oft Membranproteine, die auf der Zellinnenseite eine Signalkaskade auslösen oder direkt über Rezeptoren im Zellkern oder Zytoplasma (Vit. D 3, Steroide oder Schilddrüsenhormone)
- Die Hormonfreisetzung ist streng geregelt und daher liegen Hormone oft in Speicherform vor, damit sie bei Bedarf ihrer Aufgabe nachkommen können.

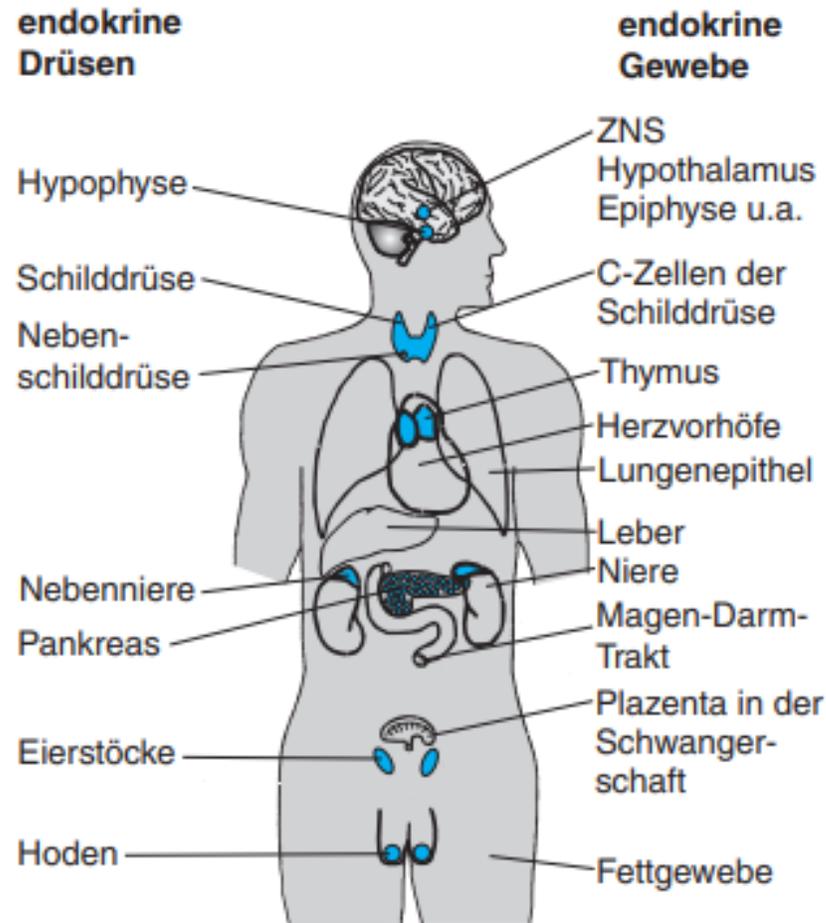
# Hormone

- Prof. Dr. Jürgen Schole und Dr. Wolfgang Lutz haben in ihren Arbeiten folgendes beschrieben:
- Sowohl die **einzelne Zelle** als auch der **gesamte Organismus** versuchen im **hormonellen Gleichgewicht** zwischen **aufbauenden und abbauenden**, zwischen anabolen und katabolen Kräften zu bleiben.
- Die Regulation des Zellstoffwechsels ist nur möglich, wenn die **katabolen Hormone Cortisol und Thyroxin** gleichzeitig und ausgewogen mit den **anabolen Hormonen Somatotropin und anabolen Peptiden in der Zelle** anwesend sind.
- Das wird als Basisregulation bezeichnet.

# Hormone

- Die Sexualhormone **Cortisol und Progesteron als katabole Kraft** und **Östrogen und Testosteron als anabole Kraft** sollten ebenfalls im Gleichgewicht sein.
- Bei allen Veränderungen innerhalb der hormonellen Regulation versucht das limbische System eine Kohärenz der katabolen und anabolen Anteile herzustellen.
- So wissen wir, dass zu Beginn der **Pubertät, Schwangerschaft und Wechseljahre** es zu extremen Schwankungen kommen kann, die der Organismus versucht **auszugleichen**.
- Im **Zyklus der Frau** werden ständig die hormonellen Aktivitäten angepasst, um den Gesamtorganismus der Frau im Gleichgewicht zu halten.

**7.1** Lokalisation der Hormonproduktion im menschlichen Organismus. Die glandotropen Hormone werden in den endokrinen Drüsen gebildet (linke Seite), während die Gewebshormone in den unterschiedlichsten Körpergeweben produziert werden (rechte Seite). Die Plazenta kann fast alle Körperhormone bilden und nimmt besonders während der Schwangerschaft eine besondere Rolle ein, da sie dann zusätzliche Hormone produziert. (Verändert nach Huch und Jürgens 2007.)



# Hypothalamus

Gonadotropin-Releasing-Hormon (GnRH)



Hirnanhangsdrüse (Hypophyse)

Follikelstimulierendes Hormon (FSH) und  
Luteinisierendes Hormon (LH)



Frau

- Reifung der Eizellen
- Bildung von Östrogenen und Progesteron



Mann

- Spermienproduktion
- Bildung von Testosteron und Dihydro-Testosteron

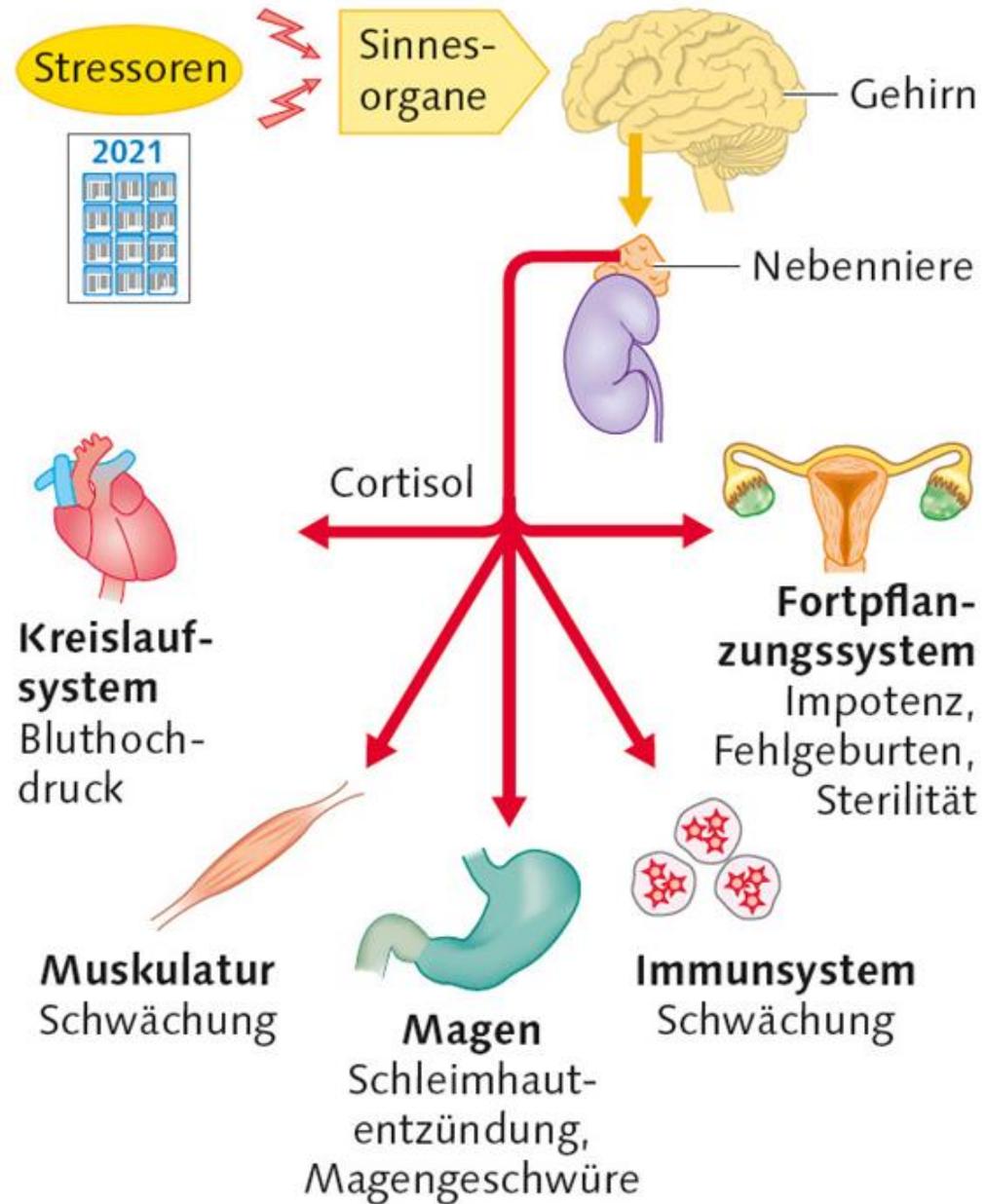
Lichteinflüsse und Körpergewicht beeinflussen die erste Menarche

**Tabelle 7.2** Weitere Hormone des Körpers.

Hormon	Bildungsort	Wirkung	
		Stimulation	Hemmung
Gastrin	HG-Zellen der Magenschleimhaut	HCl (Magensaft), Gallensekretion, Pankreassekretion, Magenmotilität	
Cholecystokinin	Dünndarmschleimhaut	Pankreassekretion, Gallenblasenkontraktion, Darmmotilität	Magenmotilität
Sekretin	Dünndarmschleimhaut	Gallensekretion, Pankreassekretion (HCO <sub>3</sub> )	Magenmotilität, Magensekretion
Somatostatin	Verdauungstrakt, D-Zellen im Pankreas, Inhibiting-Hormon des Hypothalamus	Gallensekretion, Pankreassekretion	Magenmotilität, Magensekretion
vasoaktives intestinales Peptid	enterische Neurone		Magenmotilität, Magensekretion
Renin	juxtaglomerulärer Apparat	Renin-Angiotensin-Aldosteron-System	
Erythropoetin	Niere, Leber	Erythropoese	
ANP (atriales natriuretisches Peptid)	myoendokrine Zellen der Herzvorhöfe	Arteriolenquerschnitt, glomeruläre Filtration, Wasser u. Salzsekretion	Renin, Angiotensin, Aldosteron, ADH

Histamin	Mastzellen, ferner Neurotransmitter im Hypothalamus, Wirkung über H <sub>1</sub> - oder H <sub>2</sub> -Rezeptoren	Magensekretion (H <sub>2</sub> ), Herzfrequenz (H <sub>2</sub> ), glatte Muskulatur (H <sub>1</sub> ), Kapillarpermeabilität (H <sub>1</sub> )	
Serotonin	Darmschleimhaut, Thrombocyten, Granulocyten, Neurotransmitter im ZNS	erweitert Blutgefäße in Skelettmuskulatur, Herzfrequenz, Schlagkraft	verengt Blutgefäße in Lunge, Niere, Tonus der Darmmuskulatur und Bronchien
Prostaglandine	im ganzen Körper, mehrere Subtypen	Entzündungen, Schmerzen, Fieber	
Leptin	Fettgewebe		Appetit, Energieumsatz
Ghrelin	Magenschleimhaut	Appetit, Magenmotilität, Magensekretion	
Insulin	B-Zellen des Pankreas	Glykogensynthese, Glucoseaufnahme in Zellen, Blutzuckersenkung, Fett- und Proteinaufbau	Gluconeogenese, Fettabbau
Glucagon	A-Zellen des Pankreas	Gluconeogenese, Glykogenabbau, Fett- und Proteinabbau	

# Stresshormone



# Stresshormone

- Stresshormone sind nicht fest umrissen, es kommt in den geschilderten Situationen zu einer Vielzahl endokrinologischer Veränderungen.
- Die wichtigsten Stresshormone, die bei kurzfristigen Belastungssituationen ausgeschüttet werden, sind:
  - **Katecholamine, Adrenalin, Noradrenalin, Dopamin**
- Eine weitere wichtige Gruppe von Hormonen, die bei Stressreaktionen eine große Rolle spielen sind die Glukokortikoide.
  - **Cortisol aus der NNR, wird über die Steuerungshormone CRH und ACTH geregelt**
  - **Andere Hormone sind Antidiuretische Hormon (ADH), Prolactin und  $\beta$ -Endorphin**
- Hintergrund:
  - Das Corticotropin-releasing Hormone (CRH) bzw. der Corticotropin Releasing Factor (CRF), auch Corticoliberin genannt, ist ein Polypeptid, das aus 41 Aminosäuren besteht und im Nucleus paraventricularis des Hypothalamus gebildet wird.
  - ACTH wird in den basophilen Zellen des Hypophysenvorderlappens unter dem Einfluss des Corticotropin-Releasing-Hormons (CRH) aus dem Hypothalamus gebildet. Es regt die Nebennierenrinde zur Synthese von Glukokortikoiden an und nimmt indirekt Einfluss auf die Produktion von Insulin.

# Stresshormone

## Wirkung von Adrenalin und Cortisol

	Adrenalin	Cortisol
Ausschüttung bei Stress	sofort	Nach ca. 10 Minuten
Immunsystem		unterdrückend
Energiestoffwechsel	Abbau von Fett, Protein, Glukose	Abbau von Fett, Protein, Glukose
Insulin	Hemmt die Produktion	Steigert die Produktion
Verdauung	Hemmend, fördert die Ausscheidung	
Entzündungsprozesse		hemmend
Säure-Basen-Stoffwechsel	Übersäuerung durch Abbau von Proteinen	Rückresorption von Natrium und Wasser, Ausscheidung von Säuren, Kalium, Magnesium, Calcium

# Serotonin – Nicht nur ein Glückshormon

- Serotonin ist bekannt als Glückshormon im Organismus
- Forscher aus Kanada, USA, Deutschland und Großbritannien haben den Botenstoff näher untersucht und fanden heraus, dass er sich auf viele weitere (gesundheitliche) Faktoren auswirkt als „nur“ auf unsere Gefühlslage.
- Serotonin gehört zu der Gruppe der Neurotransmitter, ein Botenstoff, der bei der Übertragung von Signalen, vor allem im Gehirn, eine tragende Rolle spielt.
- Bisher wusste man, dass es die Gefühlslage und die Sexualität beeinflusst.
- Es verbessert außerdem den Stress (durch Cortisolsenkung), erhöht signifikant die **Zellatmung in den Mitochondrien** und **verbessert den Schlaf**.
- Etwa 80% aller Stoffwechselprozesse sind mit dem Serotoninspiegel verbunden.

# Serotonin Balance

## Serotonin Hoch

### Muskeln

Muskelsteifigkeit  
Muskelzuckungen  
Tremor

### Sonstige

Restless-Legs-Syndrom  
Hohes Fieber  
Kopfschmerzen

### Magen-Darm-Erkrankungen

Durchfall  
Erbrechen

### Ursachen für hohes Serotonin

Rx Antidepressiva (erhöhen den Serotoninspiegel im Gehirn)  
Selektive Wiederaufnahmehemmer  
5-er-Norepinephrin-Wiederaufnahmehemmer  
Monoaminoxidase-Hemmer

### Allergien

Allergisches Asthma  
Kontaktallergie  
Lebensmittelallergie  
Urtikaria

### Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Herzrhythmusstörungen  
Schwindel  
Bewusstlosigkeit  
Erhöhter Blutdruck

### Psyche

Angstzustände  
Unruhe  
Zittern und Schwitzen  
Schüchternheit  
Hypomanie  
Verwirrungszustände  
Erweiterte Pupillen

# Serotonin Balance

## Serotonin niedrig

### Schlaf

Schlafapnoe  
Schlaflosigkeit  
Schlafzyklus

### Sinnesorgane

Katarakt  
Tinnitus

### Gastrointestinale Erkrankungen

Morbus Crohn  
Colitis ulcerosa  
Reizdarm-Syndrom

### Psyche

ADHS/Autismus  
Gedächtnis, Zwangstörung  
Aggression, Alkoholismus  
Neg. Gedanken, Lernen  
Bulimie, Depressionen  
Schizophrenie, Kongn. Verfall  
Sucht, Sozialphobie  
Panikattacken

### Sonstige Erkrankungen

Alzheimer/Parkinson/MS  
Chron. Schmerzen, Epilepsie  
Niedrige Libido, Energiemangel  
Heißhunger, PMS  
Ekzeme, Herzinsuffizienz

### Stoffwechsel

Diabetes, rheum. Arthritis  
Fatigue, Entzündungen  
Fibromyalgie, Adipositas  
Osteoporose

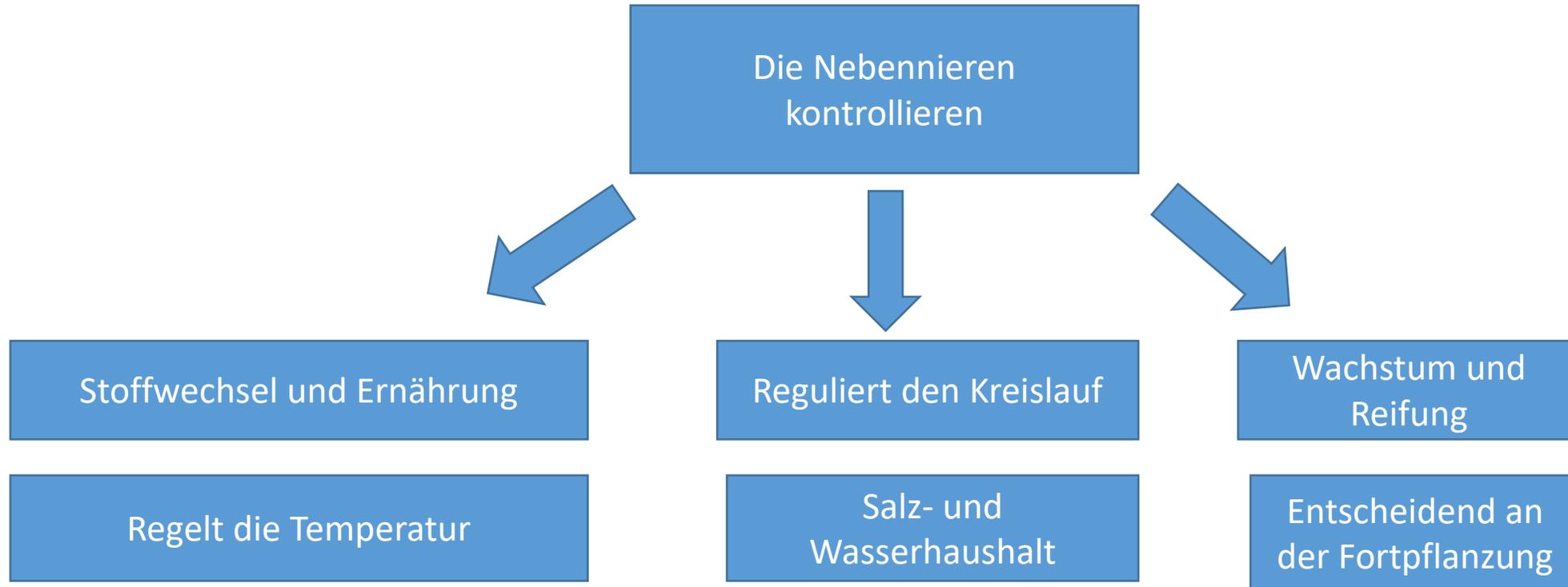
### Hormonelle Dysbalancen

Cortisol Dysfunktion  
PMS

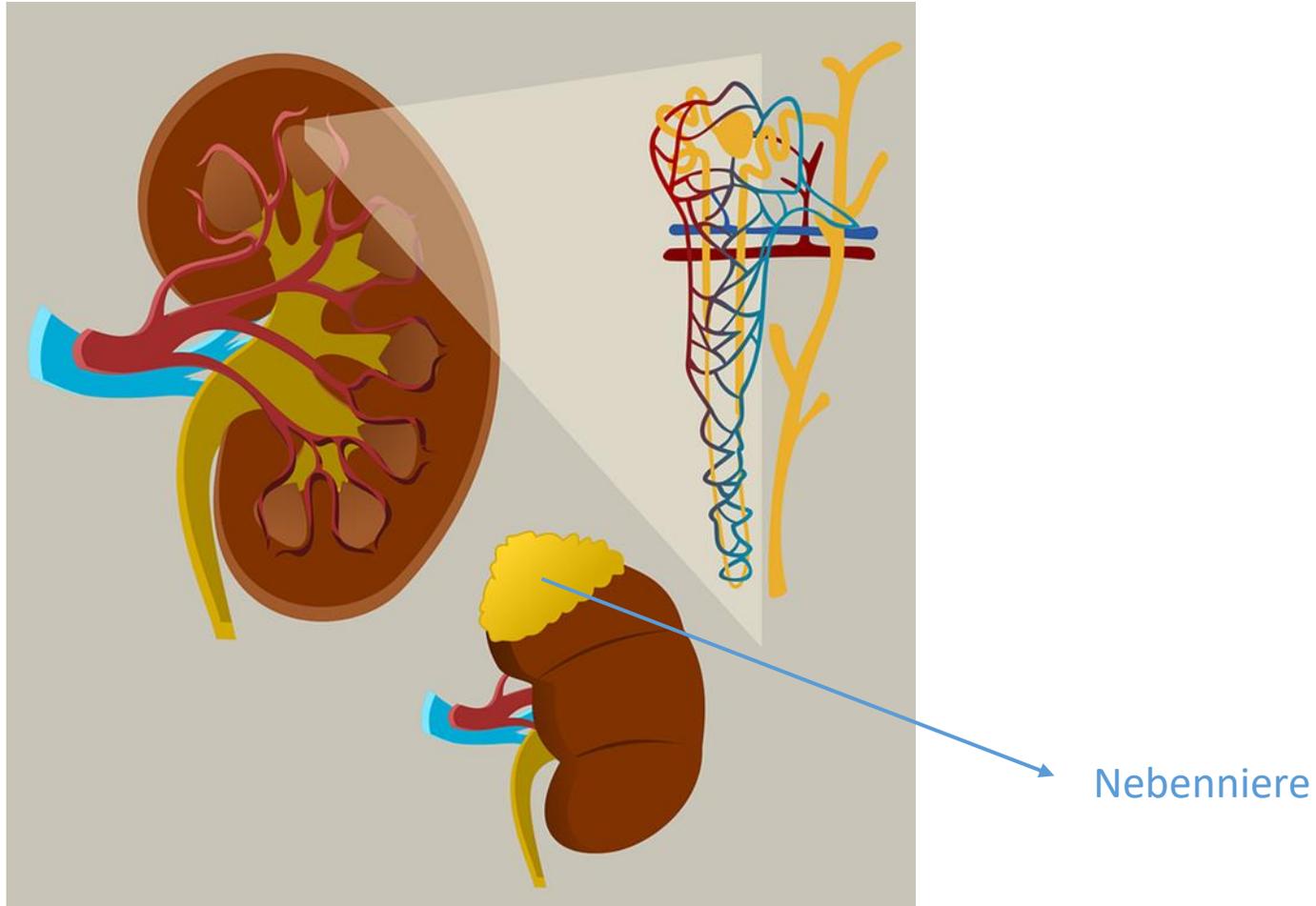
### Abbau von Neurotransmittern

Chronische Erkrankungen  
Chronischer Schmerz  
Chronischer Stress

# Nebennieren



# Wo sitzen die Nebennieren?



# Nebennieren und Stoffwechsel

# Nebennieren und Hormonstörungen

- ✓ Hypoglykämie
- ✓ Heißhunger
- ✓ Zyklusstörungen – PMS
- ✓ Schilddrüse (Thyreoprevent, Thyreoprotect, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Gewichtszunahme vor allem am Bauch
- ✓ Muskelschmerzen
- ✓ Kälteempfindlichkeit
- ✓ Zittern bei Stress
- ✓ Herzklopfen (MagneCor, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Gedächtnis (Ginkgo biloba-Komplex, OPC-Komplex, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Autoimmunerkrankungen
- ✓ Allergien (Histaminus-Komplex, Montilo HE<sup>®</sup> Pulver/Detoxsan<sup>®</sup> Pulver, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Cholesterin (Coenzym Q10 100 Komplex, Liposan, Omega-3-Fischöl, Fa. Heck Bio-Pharma)

# Nebennieren und Herzklopfen

## **MagneCor**

**60 Kps.**

MagneCor wird eingesetzt zur Behandlung von therapiebedürftigen Magnesiummangelzuständen.

### **Zusammensetzung je Kps.:**

Magnesiumhydrogencitrat	200 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	9 mg
Vitamin B1 (Thiaminhydrochlorid Hcl)	2 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	2 mg
Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid)	3 mg
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	0,1 mg
Folsäure	0,4 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	300 mg

### **Einnahmeempfehlung:**

1 - 3 Kapseln täglich vor dem Essen mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

### **Nebenwirkungen / Warnhinweis:**

MagneCor ist nicht für Kinder unter 4 Jahren geeignet.

MagneCor kann abführend wirken.

Bei schweren Nierenfunktionsstörungen sollte MagneCor nicht angewandt werden.



# Nebennieren und Schilddrüse

## Thyreoprevent

120 Kps.

**Thyreoprevent** liefert dem Körper eine kombinierte Zufuhr von Antioxidantien, einschließlich Selen, zum Schutz des Schilddrüsengewebes.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur unterstützenden Behandlung von Hashimoto-Thyreoiditis und damit einhergehender Hypothyreose (Schilddrüsenunterfunktion)

### Einnahmeempfehlung:

2 x täglich 1 - 2 Kps. vor einer Mahlzeit einnehmen

Bei gleichzeitiger Substitution von Schilddrüsenhormonen (z.B. L-Thyroxin) sollte ein Einnahmeabstand von mindestens 2 Stunden eingehalten werden.

### Zusammensetzung je Kapsel:

alpha-Liponsäure	37,5 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	50 mg
Beta-Carotin 20 %	30 mg
D-Biotin	0,1 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	7,5 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	7,5 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	50 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	7,5 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	7,5 µg
Folsäure	0,1 mg
Coenzym Q <sub>10</sub> (Ubichinon-10)	15 mg
Selenmethionin (entspricht 50 µg Selen)	10 mg
Vitamin E-acetat	68 mg
Zinkgluconat (entspricht 3 mg Zink)	20 mg
Grünte-Extrakt	50 mg
L-Cysteinhydrochlorid	50 mg
Indischer Weihrauch-Extrakt 85 %	25 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	10 mg



## ThyrEOprotect

180 Kps.

**ThyrEOprotect** liefert dem Körper eine kombinierte Zufuhr von Antioxidantien und unterstützt damit das Schutzsystem gegen Radikalschäden.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur unterstützenden Behandlung von Morbus Basedow und damit einhergehender Schilddrüsenüberfunktion sowie endokriner Orbitopathie
- bei noch vorhandener Schilddrüse

### Zusammensetzung je Kapsel:

D-Biotin	0,1 mg
Beta-Carotin 20 %	15 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	80 mg
Kupfergluconat	7,2 mg
alpha-Liponsäure	30 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	7,5 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	7,5 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	30 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	7,5 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	7,5 µg
Folsäure	0,1 mg
Coenzym Q <sub>10</sub> (Ubichinon-10)	15 mg
Vitamin E-acetat	95 mg
Zinkgluconat (entspricht 1,4 mg Zink)	10 mg
L-Carnitintartrat	50 mg
Grünte-Extrakt	10 mg
L-Cysteinhydrochlorid	50 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	125 mg

### Einnahmeempfehlung:

3 x täglich 2 Kps. vor einer Mahlzeit einnehmen



# Nebennieren und Gedächtnis

## Ginkgo-biloba-Komplex

180 Kps.

**Ginkgo-biloba-Komplex** enthält einen Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt sowie Vitamin B<sub>3</sub> und Lecithin.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur symptomatischen Behandlung von Hirnleistungsstörungen als Ausdruck degenerativer Veränderungen (Demenz)
- zur Steigerung der Gedächtnisleistung und des Lernvermögens
- zur symptomatischen Behandlung peripherer arterieller Durchblutungsstörungen mit der Symptomatik der Claudicatio intermittens
- bei vaskulärem Schwindel, Tinnitus und Hörsturz

### Zusammensetzung je Kapsel:

Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt (mind. 24 % Flavonoide und mind. 6 % Terpenlactone)	120 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	30 mg
Soja-Lecithin	80 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	160 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Die Einnahme kann unabhängig von den Mahlzeiten erfolgen.



## OPC-Komplex

60 Kps.

Der Extrakt aus den Kernen der Roten Traube (*Vitis vinifera* L.) ist reich an oligomeren Proanthocyanidinen (OPC). Zusammen mit Vitamin C und Vitamin E besitzt der **OPC-Komplex** antioxidative Eigenschaften.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur unterstützenden Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Gefäßerkrankungen und peripheren Durchblutungsstörungen
- zur Stärkung des Immunsystems
- bei Allergiefähigkeit und Neurodermitis

### Zusammensetzung Tagesverzehrmenge (3 Kapseln) enthält:

Inhaltsstoff	Menge	NRV*
Roter Traubenkernextrakt	225 mg	-
- davon Polyphenole (gesamt)	214 mg	-
- davon Oligomere		
Proanthocyanidine (OPC)	112,5 mg	-
Vitamin C	351 mg	439 %
Vitamin E	20,13 mg	168 %

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

### Zutaten:

Vitamin C-Ester; Füllstoff: Akazienfaser; Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose; Roter Traubenkernextrakt (OPC); D-alpha-Tocopherolacetat (Vitamin E).

### Verzehrempfehlung:

Täglich 3 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.



# Nebennieren und Allergien

## Montilo® Pulver mit Bambus 125g, 250g, 500g

**Montilo HE® Pulver** ist eine Naturzeolith-Rezeptur mit siliziumreichem Bambusextrakt, die Schadstoffe adsorbiert und dadurch die Leber entlasten und den Körper bei der Aufrechterhaltung seiner Homöostase unterstützen kann.

### Therapeutischer Einsatz:

- Adsorption von Stickstoffverbindungen (z.B. Ammoniak) und damit verbundene Leberentlastung
- Adsorption von Schwermetallen und anderen Schadstoffen
- Histaminbindung z.B. bei Allergien
- nervöses Darmleiden
- Begleitmedikation bei Chemo- und Strahlentherapie
- Hauterkrankungen verschiedenster Art
- Siliziumzufuhr zur Unterstützung der Regulation von Stoffwechselprozessen im Haut- und Knochengewebe

### Zusammensetzung:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	85 %
Bambusextrakt	15 %

### Einnahmeempfehlung:

Montilo HE® Pulver mit Bambus wird aufgeschlämmt in Flüssigkeit (200 ml, vorzugsweise Wasser) eingenommen.

Zur prophylaktischen Anwendung werden morgens zum Frühstück und abends vor der Nachtruhe jeweils 3g Montilo HE® Pulver empfohlen.



## Detoxsan® Pulver 150g, 300g, 500g

**Detoxsan® Pulver** ist ein Aluminiumsilikat-Mineral natürlichen Ursprungs, das in der Lage ist, Ionen selektiv aufzunehmen und abzugeben.

### Therapeutischer Einsatz:

- Adsorption von Stickstoffverbindungen (z.B. Ammoniak) und damit verbundene Leberentlastung
- Adsorption von Schwermetallen und anderen Schadstoffen
- Histaminbindung z.B. bei Allergien
- Nervöses Darmleiden
- Diarrhöe
- Begleitmedikation bei Chemo- und Strahlentherapie
- Hauterkrankungen verschiedenster Art

### Zusammensetzung:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	90 %
Magnesiumhydrogenaspartat-Tetrahydrat	10 %

### Einnahmeempfehlung:

Detoxsan® Pulver wird aufgeschlämmt in Flüssigkeit (200 ml, vorzugsweise Wasser) eingenommen.

Bei Diarrhö (Durchfall) werden alle 4 Stunden 3g Detoxsan® Pulver aufgeschlämmt in Flüssigkeit eingenommen.

Zur prophylaktischen Anwendung werden morgens zum Frühstück und abends vor der Nachtruhe jeweils 3g Detoxsan® Pulver empfohlen.



# Nebennieren und Allergien

## Histamin-Komplex

120 Kps.

Bei dem **Histaminus-Komplex** handelt es sich um einen Histaminsenker auf Basis von speziell aufeinander abgestimmten Mikronährstoffen.

### Therapeutischer Einsatz:

- bei Vorliegen einer Histadelie, d.h. bei einem hohen Histaminspiegel im Blut
- bei einer Kryptopyrrolurie (KPU), die im Zusammenhang mit einem erhöhten Histaminspiegel stehen kann
- Symptome einer KPU sind:
  - ADS/ADHS
  - Depressionen, Suizidalität
  - Zwanghaftigkeit, erhöhtes Suchtpotential, Ritualverhalten
  - Störungen im Gedankenablauf
  - Geistesabwesenheit
  - Stimmungsschwankungen
  - Ängste, Phobien
  - häufig Allergien der verschiedensten Art

### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Methionin	125,0 mg
Calciumcitrat	125,0 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	50,0 mg
Zinkgluconat (entspricht 3,0 mg Zink)	21,0 mg
Mangan-II-sulfat	7,5 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	40,0 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich vor einer Mahlzeit einnehmen



# Nebennieren und Cholesterin

## Liposan

180 Kps.

Liposan ist eine Rezeptur mit aufeinander abgestimmten Mikronährstoffen, Vitaminen und Antioxidantien zur Unterstützung der Lipid-/ Cholesterin-Senkung.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Stärkung der Schutzmechanismen vor oxidativen Stoffwechselprozessen
- Schutz vor Lipidoxidation
- zur Verringerung von Nebenwirkungen durch Lipid- und Cholesterinsenker (z.B. Statine)

### Einnahmeempfehlung:

2 x täglich 2 Kapseln direkt vor dem Essen mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

Empfehlenswert ist die Ergänzung von

### **Omega-3 Fischölkapsel:**

3 x täglich 2 Kapseln unzerkaut zu den Mahlzeiten mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

### Zusammensetzung je Kapsel:

D-Biotin	0,05 mg
Beta-Carotin 20 %	10 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	78 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	81 mg
alpha-Liponsäure	25 mg
Magnesiumhydrogencitrat	25 mg
Vitamin D3 (Colecalciferol) (entspricht 50 I.E.)	0,5 mg
Vitamin B1 (Thiaminchlorid HCl)	8 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	8 mg
Vitamin B3 (Nicotinamid)	25 mg
Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid)	8 mg
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	0,008 mg
Folsäure	0,1 mg
para-Aminobenzoessäure (PABA)	10 mg
L-Carnitintartrat	25 mg
Manganorotat	1 mg
Natriummolybdat	5 mg
Kupfergluconat	1 mg
Zinkgluconat (entspricht 5 mg Zink)	35 mg
Chrompicolinat 12% (entspricht 10 µg Cr)	83,3 µg
Coenzym Q10	15 mg
Cholinbitartrat	15 mg
Myo-Inositol	15 mg
L-Cysteinhydrochlorid	25 mg
Taurin	20 mg
Selenmethionin 0,5 % (entspricht 60 µg Selen)	12 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	60 mg



# Nebennieren und Cholesterin

## Coenzym Q10 100 Komplex

30 Kps.

Q10 ist eine fettlösliche, vitaminähnliche Verbindung, die an allen energieliefernden Prozessen im Körper beteiligt ist.

### Therapeutischer Einsatz:

- als Antioxidans zum Schutz vor oxidativen Schäden durch freie Radikale
- bei mitochondrialer Dysfunktion und Nitrostress
- zum Recycling von oxidiertem Glutathion und membrangebundenem Vitamin E
- bei erhöhtem Q10 – Bedarf bei Herzerkrankungen wie Herzinsuffizienz, Herzrhythmusstörungen, Angina Pectoris, Herzinfarkt
- zur Unterstützung bei Bluthochdruck
- begleitend bei der Einnahme von Cholesterin-senkern (Statinen) und Betablockern
- bei Diabetes mellitus zur Verbesserung der Blutzuckerregulation
- bei Leistungssport zur Unterstützung des Energiestoffwechsels und Regeneration der Muskulatur
- bei Myopathien (Muskelerkrankungen)
- bei Zahnfleischentzündung und Parodontose aufgrund der entzündungshemmenden Wirkung von Q10

### Zusammensetzung je Kapsel:

Coenzym Q10	100 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	68 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	180 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 – 3 Kps. täglich zum Essen



## Omega 3-Fischöl

100 Kps.

**Omega-3 Fischöl** ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit den natürlichen Omega-3 Fettsäuren Docosahexaensäure (DHA) und Eicosapentaensäure (EPA).

**EPA** und **DHA** tragen zu einer normalen Herzfunktion bei (ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg).

Zusätzlich enthalten die Kapseln Vitamin E, welches die Zellen vor oxidativen Stress schützt.

Mit Omega-3 Fischöl-Kapseln werden biologisch aktive Omega-3-Fettsäuren zugeführt, wodurch eine ausreichende Versorgung gesichert wird.

### Zusammensetzung

#### Tagesverzehrmenge (2 Kapseln) enthält:

Inhaltsstoff	Menge	NRV*
gereinigtes Fischöl	1000 mg	-
- davon Omega-3 Fettsäuren (180 mg EPA und 120 mg DHA)	300 mg	-
Vitamin E	9 mg	75 %

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

### Zutaten:

gereinigtes **Fischöl**; Kapselhülle Rindergelatine; Feuchthaltemittel Glycerin; gereinigtes Wasser; D-Alpha-Tocopheryllacetat.

### Verzehrempfehlung:

Täglich 2 Kapseln unzerkaut zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.



# Nebennieren – Magen-Darm-Beschwerden

- ✓ Colon irritabile (Curcuma-Komplex Bio, Fa. Heck Bio-Pharma)
  - ✓ Nahrungsmittelintoleranzen (Lactose, Fructose, Histaminose)  
(Kryptosan HE<sup>®</sup> forte, Histaminus-Komplex, Fa. Heck Bio-Pharma)
  - ✓ Leaky gut Syndrom
  - ✓ Meteorismus
  - ✓ Diarrhoe / Obstipation
  - ✓ Mangel an Magensäure
  - ✓ Sodbrennen
  - ✓ Pankreasschwäche (Glucosan, Fa. Heck Bio-Pharma)
  - ✓ Leber – wird störanfällig
- Montilo HE<sup>®</sup> Pulver, Detoxsan<sup>®</sup> Pulver/ Kps, Fa. Heck Bio-Pharma (Basis-Therapeutikum)

# Nebennieren und Nahrungsmittelintoleranzen

## Kryptosan HE® forte

150 Kps.

Kryptosan HE® forte ist die Weiterentwicklung der Rezeptur Kryptosan HE® zur Prävention und Therapie der Kryptopyrrolurie und besteht zusätzlich aus den im Kryptosan HE® enthaltenen Mikronährstoffen aus Q-10, L-Carnitin, Glycin und Taurin.

### Therapeutischer Einsatz:

- ADS, ADHS
- Schlechtes Kurzzeitgedächtnis
- fehlende Traumerinnerung
- Schlafstörungen
- Konzentrations- und Leistungsschwäche
- Depressionen, Ängste
- psychotisches Syndrom, Halluzinationen
- erhöhte Infektanfälligkeit
- Neurodermitis, Akne, Ekzeme
- Fibromyalgie
- Weichteilrheuma
- Darmentzündungen, Reizdarm, Durchfälle
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Migräne, Kopfschmerzen

### Diagnose:

Eine Pyrrolurie kann durch einen einfachen Urintest in einem Speziallabor nachgewiesen werden.

Bei einem Kryptopyrrolwert von mehr als 15µg/dl Urin spricht man von einer Pyrrolurie.

### Zusammensetzung je Kapsel:

D-Biotin	0,017 mg
Vitamin B1 (Thiaminchlorid HCl)	8,5 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	12,5 mg
Vitamin B3 (Nicotinamid)	16,5 mg
Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid)	30 mg
Calciumpantothenat	8 mg
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	0,033 mg
Folsäure	0,1 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	80 mg
Zinkgluconat (entspricht 7,2 mg Zink)	50 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	53 mg
Magnesiumhydrogencitrat	25 mg
Mangan-(II)-sulfat	3 mg
Chrompicolinat 12% (entspricht 45 µg Chrom)	374,9 µg
Cholinbitartrat	4 mg
para-Aminobenzoesäure (PABA)	4 mg
Myo-Inositol	10 mg
Coenzym Q10	2,5 mg
L-Carnitintartrat	30 mg
Glycin	20 mg
Taurin	20 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	150 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kapseln täglich vor oder nach dem Essen



# Nebennieren und Nahrungsmittelintoleranzen

## Kryptosan HE® forte mit aktiviertem Vitamin B6

150 Kps.

Kryptosan HE® forte mit aktiviertem Vitamin B6 ist eine Mikronährstoffkombination mit der aktiven, coenzymatischen Form von Vitamin B6 zur Prävention und Therapie der Kryptopyrrolurie, wenn die Aktivierung von Pyridoxinhydrochlorid in der Leber gestört ist.

### Therapeutischer Einsatz:

- Kryptopyrrolurie mit schwerwiegenden Lebererkrankungen oder geschädigter Leber
- ADS, ADHS
- Schlechtes Kurzzeitgedächtnis
- fehlende Trauerinnerung
- Schlafstörungen
- Konzentrations- und Leistungsschwäche
- Depressionen, Ängste
- psychotisches Syndrom, Halluzinationen
- erhöhte Infektanfälligkeit
- Neurodermitis, Akne, Ekzeme
- Fibromyalgie
- Weichteilrheuma
- Darmentzündungen, Reizdarm, Durchfälle
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Migräne, Kopfschmerzen

### Diagnose:

Eine Pyrrolurie kann durch einen einfachen Urintest in einem Speziallabor nachgewiesen werden. Bei einem Kryptopyrrolwert von mehr als 15µg/dl Urin spricht man von einer Pyrrolurie.

### Zusammensetzung je Kapsel:

D-Biotin	0,017 mg
Vitamin B1 (Thiaminchlorid HCl)	8,5 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	12,5 mg
Vitamin B3 (Nicotinamid)	16,5 mg
Vitamin B6 (Pyridoxal-5-Phosphat)	25 mg
Calciumpantothenat	8 mg
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	0,033 mg
Folsäure	0,1 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	80 mg
Zinkgluconat (entspricht 7,2 mg Zink)	50 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	53 mg
Magnesiumhydrogencitrat	25 mg
Mangan-(II)-sulfat	3 mg
Chrompicolinat 12% (entspricht 45 µg Chrom)	374,9 µg
Cholinbitartrat	4 mg
para-Aminobenzoesäure (PABA)	4 mg
Myo-Inositol	10 mg
Coenzym Q10	2,5 mg
L-Carnitintartrat	30 mg
Glycin	20 mg
Taurin	20 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	150 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kapseln täglich vor oder nach dem Essen



# Nebennieren und Pankreasschwäche

## Glucosan

150 Kps.

**Glucosan** ist eine gezielte Zusammenstellung von anti-oxidativ wirkenden Mikronährstoffen zur Unterstützung des Glucosestoffwechsels und zur unterstützenden Behandlung bei Diabetes.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur unterstützenden Behandlung von Störungen des Kohlenhydrat-, Eiweiß- und Fettstoffwechsels
- zur ergänzenden Therapie bei juvenilem Diabetes
- zur Vorbeugung der Diabetes-Spätfolgen

### Einnahmeempfehlung:

1 x 2 Kps. täglich 30 min vor einer Mahlzeit

### Zusammensetzung je Kapsel:

Beta-Carotin 20 %	7,0 mg
L-Cysteinhydrochlorid	10,0 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	15,0 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	7,5 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	7,0 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	12,5 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	0,5 mg
Folsäure	0,1 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	60,0 mg
Vitamin D <sub>3</sub> (Cholecalciferol)	100 I.E.
Vitamin E-acetat	34,0 mg
L-Carnitintartrat	70,0 mg
Calciumpantothenat	6,0 mg
Magnesiumhydrogencitrat	40,0 mg
Chrompicolinat 12% (entspricht 50 µg Chrom)	0,42 mg
Taurin	3,5 mg
Luteinextrakt 20 %	1 mg
Grünteextrakt	30 mg
D-Biotin	0,05 mg
Coenzym Q <sub>10</sub> (Ubichinon-10)	15,0 mg
Selen(methionin) (entspricht 50 µg Selen)	10,0 mg
Zinkgluconat (entspricht 2,5 mg Zink)	17,5 mg
Manganorotat	3,3 mg
Kupfergluconat	1,0 mg
Alpha-Liponsäure	17,0 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	125,0 mg



# Nebennieren – chronische Entzündungen

- ✓ Infektanfälligkeit  
(Vitamin D-Komplex, Vitamin C-Ester-Komplex, Zinkgluconat, Kryptosan HE forte, AdrenaSan, Antioxidans-Komplex, Antistress-Komplex, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Allergien
- ✓ Unverträglichkeiten
- ✓ Asthma (Schwarzkümmelöl Kps., Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Neurodermitis (Montilo HE<sup>®</sup>, Detoxsan<sup>®</sup> Pulver, Detoxsan Paste<sup>®</sup>, Fa. Heck Bio-Pharma)
- ✓ Polyarthritits
- ✓ Schmerzen

# Nebennieren und Infektanfälligkeit

## AdrenaSan

90 Kps.

AdrenaSan ist eine ausgewählte Nährstoffkombination mit B-Vitaminen, Vitamin C, Zink Coenzym Q10, den Aminosäuren L-Tyrosin und L-Ornithin sowie dem Pflanzenextrakt Rhodiola rosea zur Unterstützung der Nebennierenfunktion.

### Therapeutischer Einsatz:

- bei Nebennierenschwäche
- zur Unterstützung bei Nebennierenerschöpfung
- bei Erschöpfungs- und Stresssyndrom
- bei Leistungsschwäche
- bei Müdigkeit
- bei Burnout

### Zusammensetzung

#### Tagesverzehrmenge (2 Kapseln) enthält:

INHALTSSTOFF	MENGE	NRV*
L-Tyrosin	250 mg	-
Rhodiola rosea-Extrakt	200 mg	-
- davon Salidroside	6 mg	-
Vitamin C	124,80 mg	156 %
Biotin	34 µg	68 %
Vitamin B1 (Thiamin)	13,38 mg	1.216 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	25 mg	1.786 %
Nicotinamid (Vitamin B3)	33 mg	206 %
Vitamin B6	49,38 mg	3.527 %
Pantothensäure	14,72 mg	245 %
Folsäure	200 µg	100 %
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	66 µg	2.640 %
Zink	14,35 mg	144 %
Coenzym Q10	30 mg	-
L-Ornithin	50 mg	-

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

### Verzehrempfehlung:

Täglich morgens und mittags je 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit vor einer Mahlzeit verzehren.

Auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

### Hinweise:

Da keine ausreichenden Untersuchungen zu Rhodiola rosea-Extrakt vorliegen, sollte das Produkt von Schwangeren, Stillenden, Kindern und Jugendlichen sowie Personen mit eingeschränkter Leber- und Nierenfunktion nicht verzehrt werden.

Das Produkt ist für Schwangere nicht geeignet.

Die Aminosäure Tyrosin darf nicht bei Patienten unter Antidepressiva (Monoaminoxidasehemmern) eingenommen werden.

# Nebennieren und Infektanfälligkeit

## Antioxidans-Komplex

120 Kps.

Der Antioxidans-Komplex ist eine hochdosierte Antioxidantienmischung.

### Therapeutischer Einsatz:

- Unterstützung des körpereigenen antioxidativen Schutzsystems
- Schutz der Körperzellen und des Immunsystems vor Schädigung durch freie Radikale, Umweltgifte, Elektrosmog, virale und bakterielle Infektionen, Allergien
- Schutz vor oxidativem Stress

### Zusammensetzung je Kapsel:

Beta-Carotin 20 %	3,7 mg
Vitamin E (D-alpha-Tocopherolacetat)	16,9 mg
Soja-Lecithin	15 mg
L-Methionin	25 mg
Taurin	50 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	7,2 mg
Alpha-Liponsäure	17 mg
Chrompicolinat 12% ( $\cong$ 7,5 $\mu$ g Chrom)	62,5 $\mu$ g
Manganorotat	0,174 mg
Selenmethionin 0,5 % ( $\cong$ 50 $\mu$ g Selen)	10 mg
Zinkgluconat ( $\cong$ 7 mg Zink)	49 mg
Grüntee-Extrakt 50 %	50 mg
L-Cysteinhydrochlorid	50 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	75 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	180 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 – 3 x täglich 1 Kps. vor dem Essen



## Vitamin C-Komplex

60 Kps.

Vitamin C-Ester-Komplex nutzt die synergistischen Effekte von Vitamin C, Bioflavonoiden und Proanthocyanidinen für eine optimale antioxidative Versorgung.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Unterstützung des Immunsystems (z.B. Vorbeugung von Erkältungskrankheiten)
- zur Unterstützung der Kollagenbildung
- bei erhöhter oxidativer Belastung (z.B. bei Rauchern, Leistungssport)

### Zusammensetzung Tagesverzehrmenge (3 Kapseln) enthält:

Inhaltsstoff	Menge	NRV*
Vitamin C	1170 mg	1.463 %
Grüntee-Extrakt	90 mg	-
- davon Polyphenole (Catechin)	54 mg	-
Roter Traubenkernextrakt	27 mg	-
- davon Polyphenole (gesamt)	25,7 mg	-
- davon Oligomere Proanthocyanidine (OPC)	13,5 mg	-

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

### Zutaten:

Vitamin C-Ester, Kapselhülle: Hydroxy-propylmethylcellulose; Grüntee-Extrakt; Roter Traubenkernextrakt (OPC).

### Verzehrempfehlung:

Täglich 3 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.



# Nebennieren und Infektanfälligkeit

## Vitamin D-Komplex 1.000 i. E. 90 Kps.

Die zwei verschiedenen **Vitamin D<sub>3</sub>-Komplexe** ermöglichen als Tagesdosierung bzw. als Wochendepot eine individuelle Versorgung mit Vitamin D<sub>3</sub>.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Vorbeugung von Vitamin-D-Mangel-Erkrankungen
- zur Vorbeugung gegen Rachitis und Osteomalazie
- zur unterstützenden Behandlung von Osteoporose

### Zusammensetzung je Kapsel Vitamin D<sub>3</sub> - 1.000 i.E.:

Vitamin D <sub>3</sub> (entspricht 1.000 I.E.)	10 mg
Beta-Carotin 20 %	15 mg
Vitamin E-acetat	34 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	395 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 x täglich 1 Kps. 1000 I.E. zu einer Mahlzeit

## Vitamin D-Komplex 5.000 i. E. 60 Kps.

### Zusammensetzung je Kapsel Vitamin D<sub>3</sub> - 5.000 i.E.:

Vitamin D <sub>3</sub> (entspricht 5.000 I.E.)	50 mg
Beta-Carotin 20 %	15 mg
Vitamin E- acetat	34 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	340 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 x wöchentlich 1 Kps. 5000 I.E. zu einer Mahlzeit



## Antistress-Komplex 90 Kps.

Der **Antistress-Komplex** sorgt dafür, dass der tägliche Stress wie Arbeit, Zeitdruck, Verantwortung gegenüber der Familie uns nicht über den Kopf wächst.

### Therapeutischer Einsatz:

- Erschöpfung
- Übermaß an Müdigkeit
- Konzentrationsmangel
- Mangel an Energie

### Zusammensetzung je Kapsel:

Calciumcitrat	60 mg
Magnesiumhydrogencitrat	30 mg
Vitamin E-acetat	13 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	7,5 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	7,5 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	10 mg
Calciumpantothenat	20 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	15 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	0,2 mg
Folsäure	0,1 mg
L-Carnitintartrat	50 mg
Taurin	50 mg
Cholinbitartrat	20 mg
Myo-Inositol	20 mg
Coenzym Q <sub>10</sub> (Ubichinon-10)	10 mg
Soja-Lecithin	50 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	90 mg

### Einnahmeempfehlung:

3 x täglich 1 Kps. vor einer Mahlzeit einnehmen



# Nebennieren und Infektanfälligkeit

## Zink-Gluconat

60 Kps.

**Zink-Gluconat** ist ein Mineralstoffpräparat mit dem essentiellen Spurenelement Zink, das Bestandteil von mehr als 300 Enzymreaktionen und an elementaren Stoffwechselreaktionen beteiligt ist.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Behandlung von Zinkmangelzuständen
- zur Unterstützung der Immunfunktion und damit zur Vorbeugung von Erkältungskrankheiten
- zur Stabilisierung des Säure-Basen-Stoffwechsels
- zur Unterstützung der Wundheilung

### Zusammensetzung je Kapsel:

Zinkgluconat (entspricht 12,4 mg Zink)	86,8 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	400 mg

### Einnahmeempfehlung:

- 1 Kps. täglich vor einer Mahlzeit einnehmen.
- Die Aufnahme von Zink in den Blutkreislauf kann durch Nahrungsmittel, die einen hohen Anteil an Ballaststoffen, Eisen oder Phytinsäure enthalten, gestört werden.



# Nebennieren - Psyche

- ✓ Stimmungen schwanken
  - ✓ Lethargie
  - ✓ Depressive Verstimmungen
  - ✓ Traurigkeit
  - ✓ Das Tagespensum ist nur unter großen Anstrengungen zu bewältigen
  - ✓ Einschlafstörungen (Tryptophan-Komplex forte, Fa. Heck Bio-Pharma)
  - ✓ Alpträume
  - ✓ Panikattacken (RelaxSan HE<sup>®</sup> Tbl./ Zpf., Fa. Heck Bio-Pharma)
  - ✓ Erschöpfung und Müdigkeit, trotz ausreichender Pausen und Schlaf
  - ✓ Burn out
- BCAA-Komplex, Antistress-Komplex, Cholin-Komplex, Fa. Heck Bio-Pharma

# Nebennieren und Einschlafstörungen

## Tryptophan-Komplex forte

60 Kps. / 120 Kps.

Tryptophan-Komplex forte erleichtert das Einschlafen bei Schlafstörungen und fördert die Schlafbereitschaft

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Reduktion der Einschlafzeit und zur Verbesserung des natürlichen Schlafprofils
- zur unterstützenden Behandlung von Depressionen und Stimmungsschwankungen

### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Tryptophan	250 mg
Magnesiumhydrogencitrat	30 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	6,25 mg
Vitamin B3 (Nicotinamid)	20 mg
Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid)	6,25 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	50 mg

### Einnahmeempfehlung:

2 - 3 x täglich 1-2 Kps. vor einer Mahlzeit  
und / oder  
2 Kps. 30 min. vor dem Schlafengehen

Die Konzentration von L-Tryptophan im ZNS kann erhöht werden, wenn L-Tryptophan mit einer kohlenhydratreichen Mahlzeit eingenommen wird.

Die Aminosäuren sind fermentativ hergestellt.

### Einnahmebeschränkungen:

- Nicht für Schwangere, Stillende sowie Kinder und Jugendliche geeignet.
- Nach Einnahme des Produktes ist die Fähigkeit zur Teilnahme am Straßenverkehr möglicherweise beeinträchtigt. Dies gilt in verstärktem Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.
- 

### Wechselwirkungen:

- Die Wirkung von Antiepileptika (z.B. Carbamazepin, Phenytoin) und Levodopa kann durch Tryptophan beeinflusst werden
- L-Tryptophan vermindert die Toleranzentwicklung bei Opiaten.
- Bei der Einnahme von Antidepressiva sollte vor der Einnahme Rücksprache mit dem Arzt oder Therapeuten gehalten werden.

### Gegenanzeigen:

- Bei gleichzeitiger Anwendung von Antidepressiva aus der Gruppe der Monoaminoxidasehemmer (z.B. Selegilin) und Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (z.B. Fluoxetin, Fluvoxamin, Paroxetin) kann ein Serotonin-Syndrom auftreten.
- Alkohol verstärkt die Wirkung von Tryptophan.
- schwere Leber- und Nierenfunktionsstörungen
- Dünndarmkarzinoid mit Herzschiädigung (Hedinger-Syndrom)

# Nebennieren und Panikattacken

## RelaxSan HE®

70 Tbl. / 160 Tbl.

Bei RelaxSan HE® handelt es sich um eine Naturzeolithrezeptur mit Bambusextrakt, Glycin, Pantothen säure und Biotin, die als sanftes Nootropikum wirkt.

### Zusammensetzung je Tbl.:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	280 mg
Bambusextrakt	5 mg
Glycin	100 mg
Calciumpantothenat	5 mg
Biotin	0,06 mg
Cholinhydrogentartrat	1 mg
Cellulose, mikrokristallin	70 mg
Hydroxyethylcellulose	25 mg
Magnesiumstearat (pflanzlich)	5 mg

### Einnahmeempfehlung:

- 5 - 6 Tbl. über den Tag verteilt sublingual einnehmen, angepasst an den individuellen Tagesrhythmus.
- die letzte Tbl. vor dem Schlafengehen.
- Lutschdauer: Mind. 10 Min.
- auf ausreichend Flüssigkeitszufuhr achten und Kaffee und alkoholische Getränke nur in Maßen konsumieren bzw. vermeiden.

### Wechselwirkungen:

Medikamente wie Barbiturate (bei Epilepsie) reduzieren die Resorption und beeinträchtigen den Stoffwechsel von Biotin.

Zwischen der Einnahme von RelaxSan HE® und Medikamenten sollte ein zeitlicher Abstand von zwei Stunden eingehalten werden.



## RelaxSan HE® Zäpfchen

12 Stk./ 24 Stk.

RelaxSan HE® Zäpfchen enthalten Naturzeolith, Bambusextrakt und Glycin und haben nootrope Wirkung.

### Zusammensetzung je Zpf. 394 mg:

Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	250 mg
Bambusextrakt	40 mg
Glycin	100 mg
weißes Wachs	
mittelkettige Triglyceride	
Hartfett	

### Applikation:

- 3 Zäpfchen pro Tag über den Tag verteilt,
- angepasst an den Tagesrhythmus,
- das letzte Zpf. vor dem Schlafengehen
- Dauer der Applikation nach Anweisung des Therapeuten

### Hinweis:

Die Zäpfchen nicht bei Temperaturen über 25 °C lagern.



# Nebennieren und Panikattacken

## BCAA-Komplex

150 Kps.

Der **BCAA-Komplex** dient zur gezielten Zufuhr der verzweigtkettigen essentiellen Aminosäuren (= branched chain amino acids = BCAA's), die auch Stressaminosäuren genannt werden.

### Therapeutischer Einsatz:

- bei chron. Lebererkrankungen
- bei Schizophrenie
- bei Störungen der Nervenmuskulatur z.B. zur Unterstützung bei ALS oder Chorea Huntington
- bei Verletzungen, Operationen, Verbrennungen, Entzündungen
- bei physischem Stress
- zur Förderung der Proteinsynthese und des Muskelaufbaus beim Sport
- bei Diabetes mellitus

### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Leucin	100,5 mg
L-Isoleucin	46,3 mg
L-Valin	30,5 mg
L-Lysin	45,5 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	200 mg

### Einnahmeempfehlung:

- Kinder ab 3 Jahre 1 Kps. täglich zu einer Mahlzeit
- Sporttreibende bis 10 Kps. täglich zu einer Mahlzeit oder 1 Std. vor intensiver Muskelanstrengung



## Cholin-Komplex

120 Kps.

Der **Cholin-Komplex** enthält das gut verträgliche und hoch bioverfügbare Cholinbitartrat, das siebenmal besser aufgenommen werden kann als Phosphatidylcholin.

### Therapeutischer Einsatz:

- Symptomabschwächung und Reduzierung der Dauer von Hepatitiden bei viraler Leberentzündung (Hepatitis)
- Erhöhung der Bildung von Acetylcholin
- Steigerung der Gedächtnisleistung und Vorbeugung von Gedächtnisstörungen
- unterstützend bei Herz-Kreislauferkrankungen durch Senkung des Gesamt- und LDL-Cholesterins
- Förderung des Abtransports von Triglyceriden und anderen Fetten aus der Leber
- Stimulation des Enzymsystems der Leber zur Steigerung der Entgiftungskapazität bei Alkohol-, Umwelt- und Schwermetallbelastungen
- unterstützend bei Asthma, da Cholin den Schweregrad und die Häufigkeit von Asthmaanfällen reduzieren kann

### Zusammensetzung je Kapsel:

Cholinbitartrat	225 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	300 mg

### Einnahmeempfehlung:

- 1 - 3 Kps. täglich zu einer Mahlzeit



# Nebennieren und Panikattacken

## Antistress-Komplex

90 Kps.

Der **Antistress-Komplex** sorgt dafür, dass der tägliche Stress wie Arbeit, Zeitdruck, Verantwortung gegenüber der Familie uns nicht über den Kopf wächst.

### Therapeutischer Einsatz:

- Erschöpfung
- Übermaß an Müdigkeit
- Konzentrationsmangel
- Mangel an Energie

### Zusammensetzung je Kapsel:

Calciumcitrat	60 mg
Magnesiumhydrogencitrat	30 mg
Vitamin E-acetat	13 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	7,5 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	7,5 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	10 mg
Calciumpantothenat	20 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	15 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	0,2 mg
Folsäure	0,1 mg
L-Carnitintartrat	50 mg
Taurin	50 mg
Cholinbitartrat	20 mg
Myo-Inositol	20 mg
Coenzym Q <sub>10</sub> (Ubichinon-10)	10 mg
Soja-Lecithin	50 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	90 mg

### Einnahmeempfehlung:

3 x täglich 1 Kps. vor einer Mahlzeit einnehmen



# Die Aufgaben der Nebennieren

## Hormone, Wasserhaushalt, Mineralstoffhaushalt und Zuckerhaushalt

### Nebennierenrinde produziert aus Cholesterin:

Cortisol

DHEA

Nach der Menopause der Frauen:

Progesteron, Östrogen und Testosteron

Nach der Andropause der Männer:

Testosteron

Aldosteron (wichtig für die Nieren im  
Natriumkreislauf)

### Nebennierenmark:

Adrenalin

Noradrenalin

Ist Teil unseres vegetativen Nervensystems

# Stadieneinteilung einer Nebennierenschwäche einfach erklärt

- Stadium 1 > erhöhter Dauerstress
- Cortisolwerte erhöht Tag und Nacht  
→ AdrenaSan (Fa. Heck Bio-Pharma)
  
- Stadium 2 > Nebennierenschwäche
- Cortisolwerte haben keinen Tagesrhythmus mehr  
→ AdrenaSan + RhythmoSan HE<sup>®</sup> (Fa. Heck Bio-Pharma)
  
- Stadium 3 > Nebennierenerschöpfung
- Cortisolwerte sind alle erniedrigt  
→ AdrenaSan + RhythmoSan HE<sup>®</sup> + RelaxSan HE<sup>®</sup> Tbl./Zpf. (Fa. Heck Bio-Pharma)

# Stress ist ein großer Faktor bei einer NN-Schwäche

- **Alarmphase**
  - ✓ Sympathikus wird aktiviert und Adrenalin und Cortisol werden ausgeschüttet
  - ✓ Herzschlag, Blutdruck und Puls steigt, Durchblutung wird besser
  - ✓ Muskulatur wird stärker durchblutet und angespannt – für die Flucht
  - ✓ Bronchien erweitern sich, mehr Sauerstoff wird aufgenommen
  - ✓ Blutzucker erhöht – für schnellere Leistung
  - ✓ Magensäureproduktion steigt an
  - ✓ Speichelfluss gering
  - ✓ Magen-Darm-Blasentätigkeit verlangsamen sich
- **Das ist alles nur für den kurzfristigen Stress gedacht.**

# Stress ist ein großer Faktor bei einer NN-Schwäche

- **Die Widerstandsphase**
- Dauert der Stress an, versucht der Körper gegenzusteuern, der Parasympathikus wird aktiviert
  - ✓ Bronchien werden verengt
  - ✓ Speichelfluss wird angeregt
  - ✓ Magen-Darm-Blasentätigkeit wird angeregt
  - ✓ Die Adrenalin-, Noradrenalin- und Cortisolausschüttung bleibt hoch
  - ✓ Schilddrüsen- und Geschlechtshormone werden gedrosselt  
(Thyreoprevent, Thyreoprotect, Fa. Heck Bio-Pharma)
- Antistress-Komplex, RhythmoSan HE<sup>®</sup>, RelaxSan HE<sup>®</sup> Tbl./Zpf., Zinkgluconat, Coenzym Q10 100 Komplex (Fa. Heck Bio-Pharma)

# Stress ist ein großer Faktor bei einer NN-Schwäche

- Die Erschöpfungsphase
  - Energiebereitstellung ist problematisch
  - Cortisol sinkt
  - Wachstumsprozesse werden gedrosselt
  - Schilddrüsenhormone und Geschlechtshormone werden noch weiter gedrosselt
- Vitamin B-Komplex, AdrenaSan, Aminosäuren-Komplex Basis-Baustein,  
Fa. Heck Bio-Pharma

# Nebennierenschwäche und Stress

## AdrenaSan

90 Kps.

AdrenaSan ist eine ausgewählte Nährstoffkombination mit B-Vitaminen, Vitamin C, Zink Coenzym Q10, den Aminosäuren L-Tyrosin und L-Ornithin sowie dem Pflanzenextrakt Rhodiola rosea zur Unterstützung der Nebennierenfunktion.

### Therapeutischer Einsatz:

- bei Nebennierenschwäche
- zur Unterstützung bei Nebennierenererschöpfung
- bei Erschöpfungs- und Stresssyndrom
- bei Leistungsschwäche
- bei Müdigkeit
- bei Burnout

### Zusammensetzung

#### Tagesverzehrmenge (2 Kapseln) enthält:

<u>INHALTSSTOFF</u>	<u>MENGE</u>	<u>NRV*</u>
L-Tyrosin	250 mg	-
Rhodiola rosea-Extrakt	200 mg	-
- davon Salidroside	6 mg	-
Vitamin C	124,80 mg	156 %
Biotin	34 µg	68 %
Vitamin B1 (Thiamin)	13,38 mg	1.216 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	25 mg	1.786 %
Nicotinamid (Vitamin B3)	33 mg	206 %
Vitamin B6	49,38 mg	3.527 %
Pantothensäure	14,72 mg	245 %
Folsäure	200 µg	100 %
Vitamin B12 (Methylcobalamin)	66 µg	2.640 %
Zink	14,35 mg	144 %
Coenzym Q10	30 mg	-
L-Ornithin	50 mg	-

### Verzehrempfehlung:

Täglich morgens und mittags je 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit vor einer Mahlzeit verzehren.

Auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

### Hinweise:

Da keine ausreichenden Untersuchungen zu Rhodiola rosea-Extrakt vorliegen, sollte das Produkt von Schwangeren, Stillenden, Kindern und Jugendlichen sowie Personen mit eingeschränkter Leber- und Nierenfunktion nicht verzehrt werden.

Das Produkt ist für Schwangere nicht geeignet.

Die Aminosäure Tyrosin darf nicht bei Patienten unter Antidepressiva (Monoaminoxidasehemmern) eingenommen werden.

\*NRV = Nährstoffbezugswerte nach LMIV (1169/2011/EU)

# Nebennierenschwäche und Stress

## Vitamin B-Komplex

60 Kps.

**Vitamin B-Komplex** kombiniert alle B-Vitamine in einem Präparat, welche die Aufgaben im Stoffwechsel gemeinsam erfüllen und sich in ihrer Funktion ergänzen.

### Therapeutischer Einsatz:

- zur Unterstützung des Energiestoffwechsels des zentralen und peripheren Nervensystems
- zur Stärkung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- zur unterstützenden Therapie bei Müdigkeit und Erschöpfung

### Zusammensetzung je Kapsel:

D-Biotin	0,11 mg
Vitamin B <sub>1</sub> (Thiaminchlorid HCl)	55 mg
Vitamin B <sub>2</sub> (Riboflavin)	50 mg
Vitamin B <sub>3</sub> (Nicotinamid)	30 mg
Calciumpantothenat	60 mg
Vitamin B <sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid)	50 mg
Vitamin B <sub>12</sub> (Methylcobalamin)	0,055 mg
Folsäure	0,1 mg
Myo-Inositol	50 mg
Cholinbitartrat	50 mg
Vitamin C (Calciumascorbat)	60 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	30 mg

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich vor einer Mahlzeit einnehmen



## Aminosäuren-Komplex

60 Kps.

Der **Aminosäuren-Komplex** enthält die acht essentiellen Aminosäuren sowie die bedingt essentiellen Aminosäuren L-Cystein, L-Histidin und L-Tyrosin.

### Therapeutischer Einsatz:

- als Vorstufe zahlreicher Proteine: Strukturproteine (Kollagen, Elastin, Keratin), Transportmoleküle (Hämoglobin, Myoglobin), Gerinnungsfaktoren, Enzyme
- als Bestandteile von Hormonen und Neurotransmittern
- für Muskulatur, Sehnen und Bänder
- zum Aufbau der Haut und Haare
- als Bausteine des Immunsystems (Immunglobuline)
- bei hepatischen Entgiftungsreaktionen
- zur Synthese von Substanzen notwendig, die der Energiebereitstellung dienen
- eine optimale Zufuhr bis ins hohe Alter hat Einfluss auf den Gesundheitszustand bzw. die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit

### Einnahmeempfehlung:

1 - 3 Kps. täglich mit ausreichend Flüssigkeit vor einer Mahlzeit einnehmen.

Die Einnahme sollte auf nüchternem Magen erfolgen, um eine Konkurrenz bei der Aufnahme von Nahrungsproteinen zu umgehen.

### Zusammensetzung je Kapsel:

L-Lysinhydrochlorid	20 mg
L-Leucin	25 mg
L-Isoleucin	15 mg
L-Valin	20 mg
L-Threonin	15 mg
L-Tyrosin	10 mg
L-Phenylalanin	15 mg
L-Tryptophan	5 mg
L-Methionin	15 mg
L-Cysteinhydrochlorid	15 mg
L-Histidinhydrochlorid	10 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	241 mg

Die Aminosäuren sind fermentativ hergestellt.



# Was bedeutet Stress für unseren Körper?

- **Die Arbeit**
- Hohes Arbeitspensum
- Wenig Zeit
- Immer unterbrochen werden
- Immer erreichbar
- Alles immer sofort und gleich
- Arbeitsklima?
- Arbeitsplatz unsicher?
- Entlohnung zu niedrig

# Was bedeutet Stress für unseren Körper?

- **Krankheiten**
- Entzündungen an den Zähnen, Blase, Nebenhöhlen, Haut usw.
- Verdauungsstörungen, Gastritis
- Gewicht zu niedrig
- Schilddrüsenerkrankungen
- Verspannungen – Bruxismus – CMD – Statik
- Allergien
- Autoimmunerkrankungen

# Was bedeutet Stress für unseren Körper?

- **Freizeit**
- Freizeitstress
- Immer erreichbar sein (smart phone)
- Immer sollte man glücklich sein
- Alles sofort
- Familie
- Freunde
- Haushalt
- Einkaufen
- Kochen

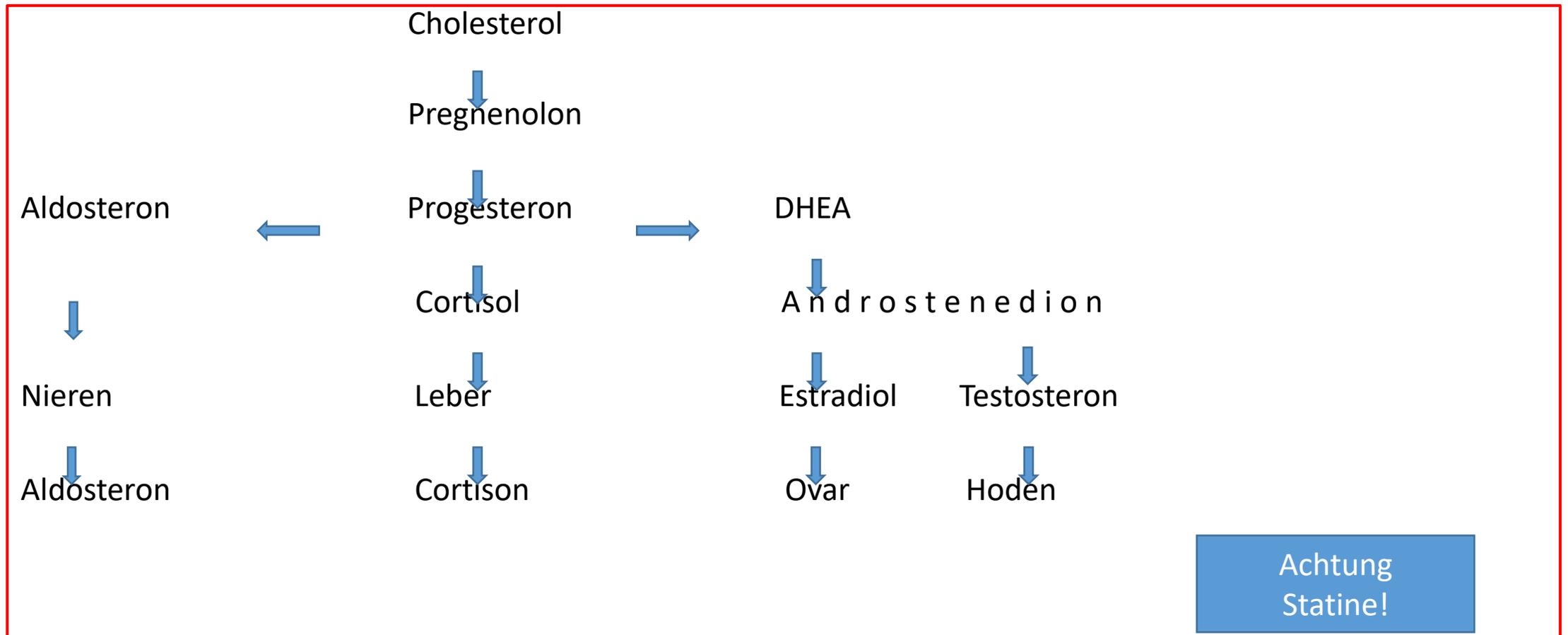
# Was bedeutet Stress für unseren Körper?

- Umwelt
- Elektromog ( G 5)
- Sonnenlicht fehlt
- Luftverschmutzung
- Künstliches Licht
- Gestank
- Gerüche, die unangenehm sind

# Disstress und Eustress

- Einteilung früher in Disstress und Eustress
- Herausforderungen und Ruhepausen waren im Ausgleich
- Heute:
  - Ständig auf der Überholspur
- Unser Körper ist nicht für soviel Stress angelegt
- Er benötigt Ruhepausen um sich zu regenerieren

Alle Hormone aus der NNR werden aus dem Vorläufermolekül, dem Cholesterol bzw. Pregnenolon synthetisiert



→ Coenzym Q10 100 Komplex, Vitamin B-Komplex, Omega-3-Fischöl, Fa. Heck Bio-Pharma

# Diagnose

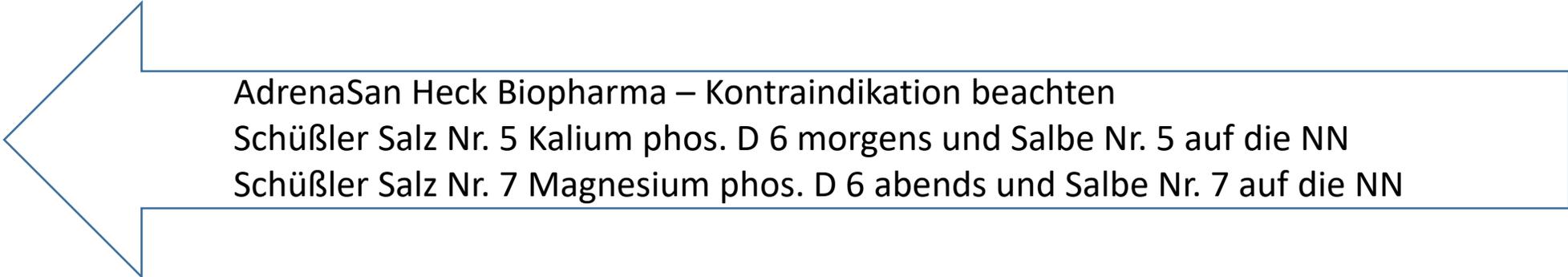
- **Anamnese ausführlich**
- Vor allem auch über die Aufwachzeiten
- Cortisol ist um 04.00 am geringsten, um 08.00 am höchsten
- Cortisolanstieg lässt uns aufwachen
- Cortisolspiegelverlauf ist auch sehr individuell
- Mahlzeiten, Sport – Bewegung – Stress sind beeinflussende Faktoren, die den Cortisolspiegel erhöhen
- Bestimmung der Geschlechtshormone
- Zusätzlich erniedrigte Werte von Testosteron, Progesteron, Estrogen und DHEA können ein Hinweis sein
- Dauerstress erhöht Cortisol und erniedrigt die Geschlechtshormon-Produktion
- Auch ein veränderter Cholesterinspiegel kann ein Hinweis auf eine Veränderung der Hormonproduktion sein
- Speicheltest über 4 Messungen im Tagesprofil

# Die Bedeutung von Cortisol

- ✓ Es sorgt dafür, dass wir aufstehen können – ohne Wecker wachwerden
- ✓ Cortisol stellt Energie bereit
- ✓ Cortisol wirkt entzündungshemmend
- ✓ Cortisol verstärkt oder verringert – Immunreaktionen
- ✓ Cortisol vermindert Allergien
- ✓ Cortisol dämpft Schmerzen
- ✓ Energiefreisetzung durch Gluconeogenese aus Kohlenhydraten und Proteinen (Muskelabbau)
- ✓ Aufmerksamkeit steigernd
- ✓ Erhöht unsere Körpertemperatur
- ✓ Antagonist der Schilddrüsenhormone, T4 wird vermehrt in rT3 verstoffwechselt
- ✓ (Das Reverse-T3, kurz rT3, ist ein Metabolit des Thyroxins und gehört zur Stoffgruppe der Iodothyronine)
- ✓ Steigerung der Lipolyse – Fett wird freigesetzt, bei Nichtverbrauch > Fettleber > Fettverteilungsstörung (Bauch)

# Nebennieren

- Durch den Verzehr von schnell aufschließbaren KH ist die Nebennierenrinde mit der Aufgabe befasst, vermehrt Cortisol zu produzieren, damit ein Ausgleich der anabolen und katabolen Stoffwechselebene gewährleistet ist.
- Diese Dauerbelastung führt zu einer **verminderten Variabilität der NN.**
- In der Folge können kurzfristige Belastungen wie:
  - **Witterungseinflüsse**
  - **Alkohol oder auch der Abfall des Progesteronspiegels** zum Ende der Periode hin, weniger gut ausbalanciert werden.
- Aus Sicht der Regulationsmedizin ein relativer Cortisolmangel.



AdrenaSan Heck Biopharma – Kontraindikation beachten  
Schüßler Salz Nr. 5 Kalium phos. D 6 morgens und Salbe Nr. 5 auf die NN  
Schüßler Salz Nr. 7 Magnesium phos. D 6 abends und Salbe Nr. 7 auf die NN

# Die Nebennierenschwäche in der Praxis

- Ordnungstherapie
  - Stressoren beachten
  - Heck Produkte
  - Schüßler Salze
  - Phytotherapie
- 
- Darm-Hirn-Achse
  - Hormone der Schilddrüse / Pankreas
  - Geschlechtshormone

# Jod und seine Bedeutung für die Hormone

- Jod wurde in der Vergangenheit in seiner Bedeutung als essenzielles Element für den Organismus unterschätzt.
- In der orthomolekularen Medizin aber zunehmend wahrgenommen
- **Jod und seine Bezugsorgane:**
  - ✓ Schilddrüse
  - ✓ Brustdrüse
  - ✓ Ovarien
  - ✓ Prostata
  - ✓ **Nebennieren**
  - ✓ Gehirn und seine Entwicklung
  - ✓ Haut
  - ✓ Kind – Entwicklung – Wachstum - Schilddrüse

# Symptome des Jodmangels

- Schilddrüsenunterfunktion
- Schilddrüsenvergrößerung (Kropf) sowie Knotenbildung
- Schilddrüsenveränderungen im Alter, Gehirnleistungsstörungen
- Burnout bei Schilddrüsenerkrankungen
- Chronische Erschöpfung und Müdigkeit
- ADHS/ADS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Entwicklungsstörungen in der Kindheit
- Fruchtbarkeitsstörungen
- Fibrozystische Mastopathie (sehr häufige, gutartige Brusterkrankung)
- Brustkrebs
- Eierstockzysten
- Chronische Prostataerkrankungen

# Arzneistoffe können Auslöser sein:

- Amiodaron (jodhaltiges Herzmittel)
- Interferon-alpha
- Antivirale HIV-Medikamente
- Lithium
- Jodhaltige Kontrastmittel
- Jodhaltige Tinkturen

# Test – Labor Sension

- Aus dem 2. Morgenurin
- Aus der Muttermilch
- Thyreosan, Fa. Heck Bio-Pharma
- Meersalz mit jodhaltigen Algen
- Salicornia Tabletten Dr. Pandalis

---

# Thyreosan

30 Kps.

**Thyreosan** ist ein Mikroährstoffpräparat für die adäquate Versorgung der Schilddrüse mit Vitalstoffen.

## Therapeutischer Einsatz:

- zur Unterstützung der natürlichen Synthese von Schilddrüsenhormonen
- zur Aufrechterhaltung einer normalen Schilddrüsenfunktion

## Zusammensetzung je Kapsel:

Vitamin C (Calciumascorbat)	200 mg
Kaliumiodid (entspricht 152,9 µg Iod)	0,2 mg
Selenmethionin 0,5 % (entspricht 100 µg Selen)	20 mg
Vitamin E-acetat	108 mg
Naturzeolith (Klinoptilolith und Mordenit)	230 mg

## Einnahmeempfehlung:

1 Kps. täglich vor einer Mahlzeit einnehmen



# Die Nebennierenschwäche in der Praxis

- **Nebennieren und Schilddrüse**
- Beide unterstützen sich gegenseitig
- Die Schilddrüse springt ein, wenn die NN schwächelt
- Die Schilddrüse produziert erst einmal T 4 und T 3, was vollkommen in Ordnung ist.
- Die Dauer kann in eine Hypothyreose münden.
- Die Nebennierenschwäche beeinflusst auch das Immunsystem, nun kann es auch zu einer Autoimmunerkrankung der Schilddrüse kommen.
- **Folge:**
- **Hashimoto Thyreoiditis oder Morbus Basedow**  
(Thyreoprevent oder Thyreoprotect, Fa. Heck Bio-Pharma)
- **Schilddrüsenknoten, vor allem heiße Knoten**, die außerhalb des Regelkreislaufes der Schilddrüse Hormone sezernieren, wollen damit die Schilddrüse und die Nebennieren unterstützen.

# Die Nebennierenschwäche in der Praxis

- **Nebenniere und Darm**
- Stuhldiagnostik!
- Vor allem wenn der Patient schon in der Anamnese von Beschwerden spricht
- Intoleranzen
- Allergien
- Unverträglichkeiten
- Leaky gut Syndrom kann wiederum zu Autoimmunerkrankungen und Allergien führen
- Die anhaltende Cortisolausschüttung führt dann zu einer Erschöpfung der NN

# Die Nebennierenschwäche in der Praxis

- Statik
- Wirbelsäule vor allem HWS
- Becken
- Füße
- Nerven, Muskeln, Gefäße, die ev. die NN und die Hypophyse nicht mehr richtig versorgen



## Mein Leben im Dienste Ihrer Gesundheit.

Als Heilpraktikerin und psychologische Beraterin stehen Sie als Mensch für mich im Mittelpunkt – ich betrachte Sie in Ihrer Ganzheit, erspüre und erfasse Sie individuell. Denn gesundes Leben kann nur im Einklang mit sich selbst, der Natur, der Umwelt und im Bewusstsein der wechselseitigen Abhängigkeiten gelingen. Begeben Sie sich vertrauensvoll in meine Hände. Gemeinsam bringen wir Körper, Geist und Seele wieder ins Gleichgewicht.

*Ihre Angelika Gräfin Wolffskeel  
von Reichenberg*

Wissen zu teilen ist etwas Wunderbares.  
Meine Bücher mit detaillierter Inhaltsbeschreibung  
finden Sie unter: [www.graefin-wolffskeel.de](http://www.graefin-wolffskeel.de)



PRAXIS FÜR NATURHEILKUNDE  
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

Eichenweg 4 | 97950 Gerchsheim

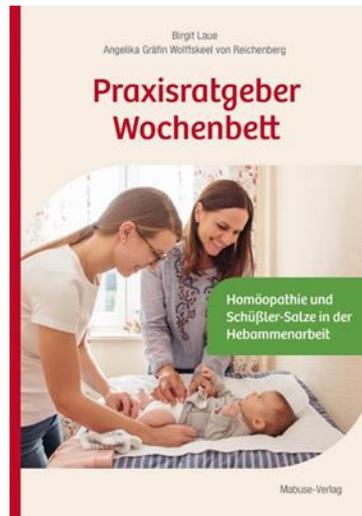
SURYA – INSTITUT FÜR  
NATURHEILKUNDLICHE FORTBILDUNG

Kirchgasse 9 | 97234 Reichenberg

09344.92 88 80

[praxis@graefin-wolffskeel.de](mailto:praxis@graefin-wolffskeel.de)

[www.graefin-wolffskeel.de](http://www.graefin-wolffskeel.de)



Meine Bücher

# Warum Heck Bio-Pharma-Rezepturen?

- qualitativ hochwertige Rohstoffe geprüft auf:  
Identität, Wirkstoffgehalt, Reinheit, mikrobiologische Qualität,  
Schwermetalle
- dokumentierte Qualität mit Prüfzertifikaten nach § 6, Abs. 1+3, §11  
ApBetrO
- Eingangs- und Qualitätskontrollen jeder Charge
- GMP-konforme Herstellung/ Abfüllung nach den Vorgaben des deutschen  
Arzneimittelgesetzes
- Rohstoffe, die im Europäischen und Deutschen Arzneibuch gelistet sind
- Rohstoffe von Lieferanten, die GMP-zertifiziert sind und über eine  
Herstellungserlaubnis für Humanarzneimittel nach §13 Abs. 1 AMG  
verfügen

# Warum Heck Bio-Pharma-Rezepturen?

- Wirkstoffe aufeinander abgestimmt
- gute Verträglichkeit
- optimale Bioverfügbarkeit
- frei von künstlichen Farb-, Aroma-, Geschmacks- u. Konservierungsstoffen
- frei von Milch, Lactose, Fructose und Zucker
- ohne synthetische Füllstoffe
- Zeolith und Akazienfaser als natürliche Füllstoffe ohne Nebenwirkung
- frei von Trennmittel, Emulgatoren, Transfettsäuren und Palmöl

# Warum Heck Bio-Pharma-Rezepturen?

- ohne Überzugsmittel
- vegane Kapselhülle aus Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC)  
(Ausnahme: Omega-3-Fischöl + Schwarzkümmelöl (Gelatine))
- ohne Gentechnik
- Verpackung aus Braunglas bzw. Pharmadosen ohne Weichmacher

Mit freundlicher Unterstützung von:

## Heck Bio-Pharma GmbH

Gerberstraße 15

73650 Winterbach

Tel.: +49 (0) 7181-99 02 96-0

info@heck-bio-pharma.com

[www.heck-bio-pharma.com](http://www.heck-bio-pharma.com)



Bitte fordern Sie unter der E-Mail Adresse das Kompendium an  
Musteranforderung: Detoxsan Paste  
Kennwort: online Seminar 02.02.2022