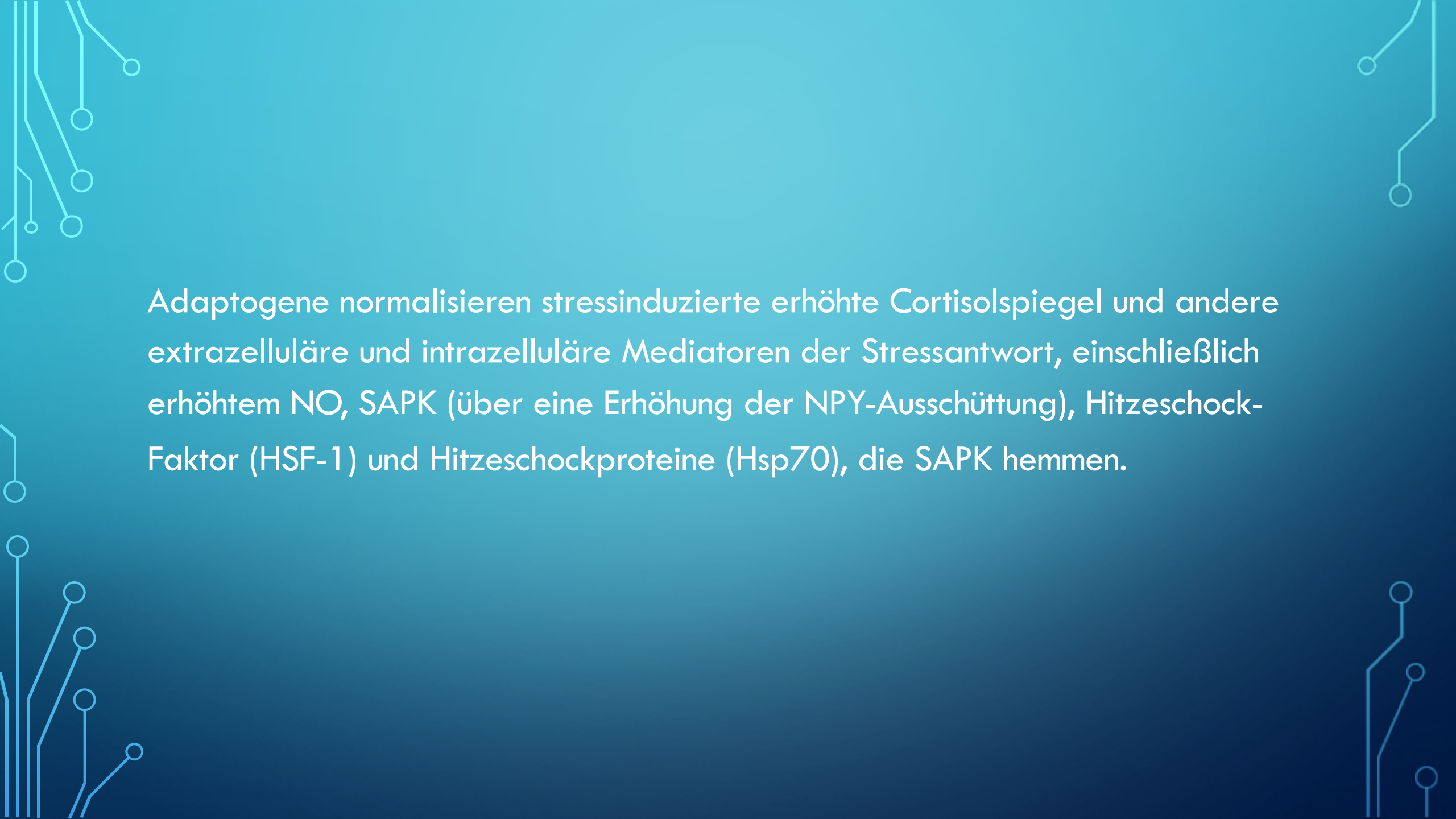




ROSENWURZ, GINSENG UND CO.

NERVENSTARK DURCH ADAPTOGENE PFLANZEN

WWW.EPPLER.WIKI



Adaptogene normalisieren stressinduzierte erhöhte Cortisolspiegel und andere extrazelluläre und intrazelluläre Mediatoren der Stressantwort, einschließlich erhöhtem NO, SAPK (über eine Erhöhung der NPY-Ausschüttung), Hitzeschockfaktor (HSF-1) und Hitzeschockproteine (Hsp70), die SAPK hemmen.

Gesundheit ist dasjenige Maß an Krankheit, das es mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nach zu gehen.



WOHLERGEHEN

- **Gesundheit**
 - Vollständiges Wohlergehen
 - Körperlich
 - Geistig
 - Sozial
- Nicht nur Fehlen von Krankheit oder Gebrechen
- Gesundheit ist die Summe vieler Prozesse

LÄNGER ÜBERLEBEN!

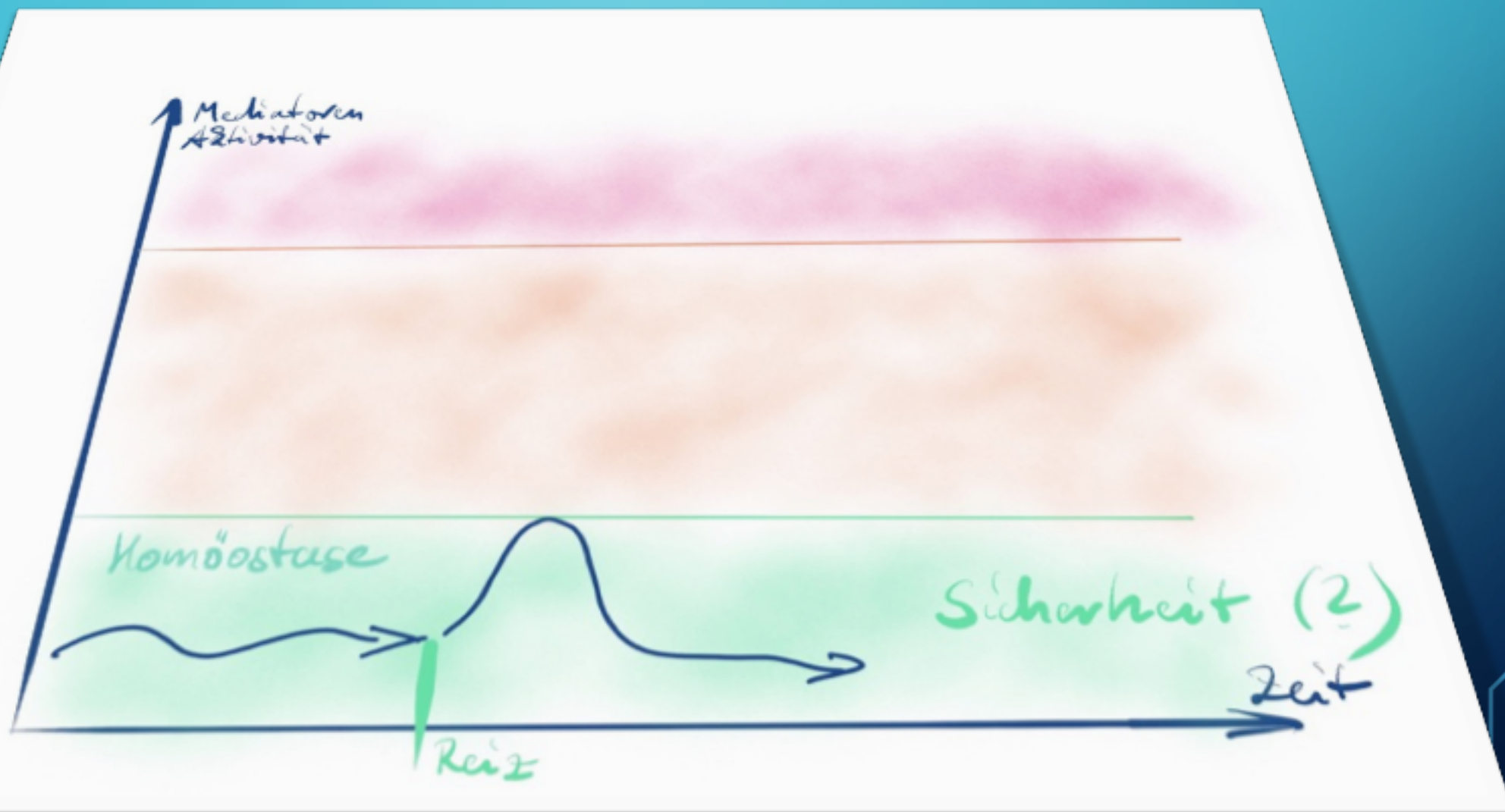
- Zahlreiche Tiermodelle
- Stress-Schutz-Parameter
 - Zelldegeneration
 - Apoptose
 - Das Überleben

STEIGERUNG DER ARBEITSFÄHIGKEIT

- Zahlreiche Untersuchungen und Studien sind hier von staatlicher Seite gemacht
- Führend Sowjetunion, Russland, China, USA
 - Körperliche Ausdauer unter stressigen Bedingungen (Doping???)
 - Geistige Leistungsfähigkeit
 - Keine Toleranz und Abhängigkeit wichtige Voraussetzung
- Weitere Studien von Herstellerseite gesponsert.

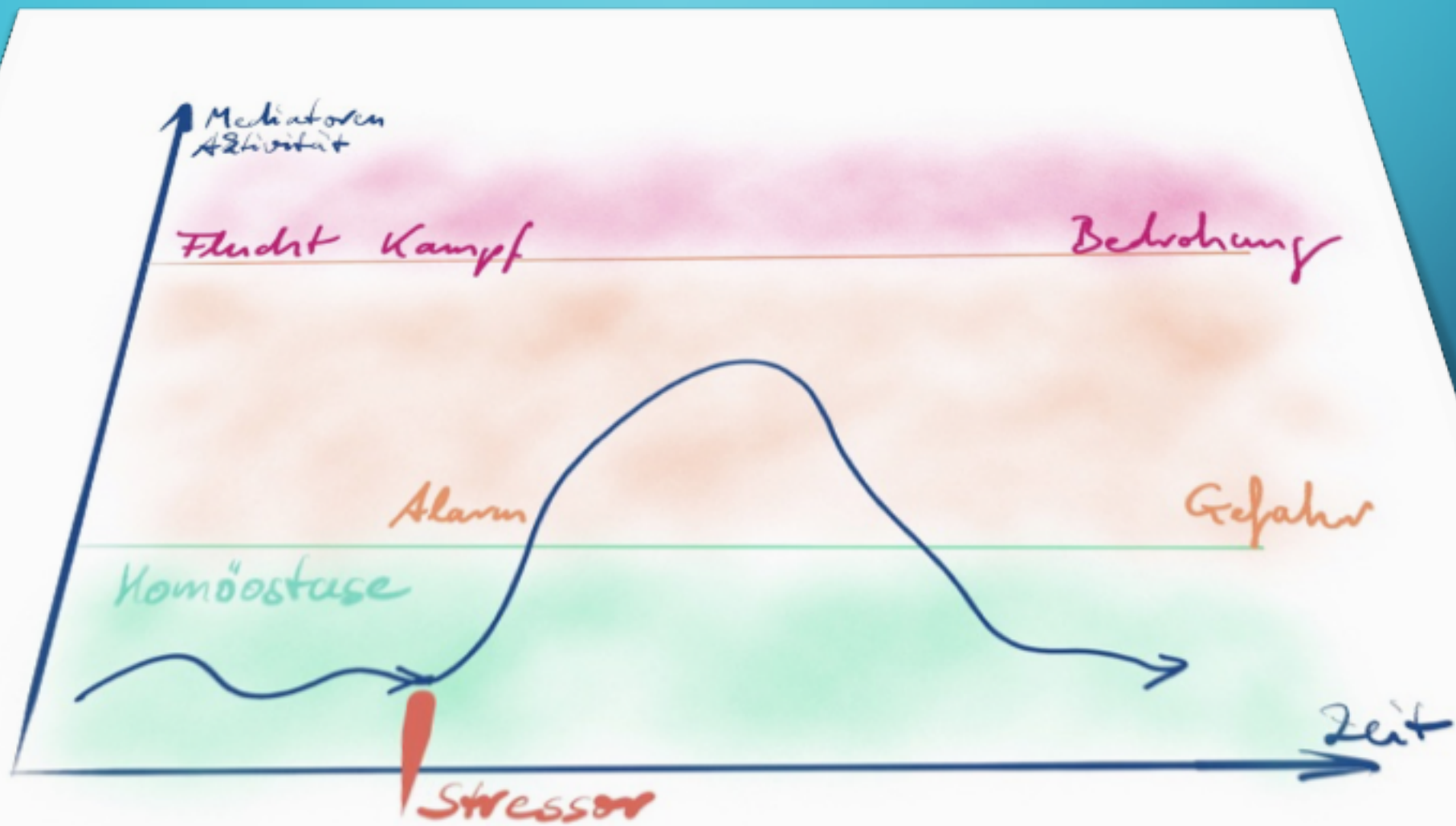
SANFT IM STRESS

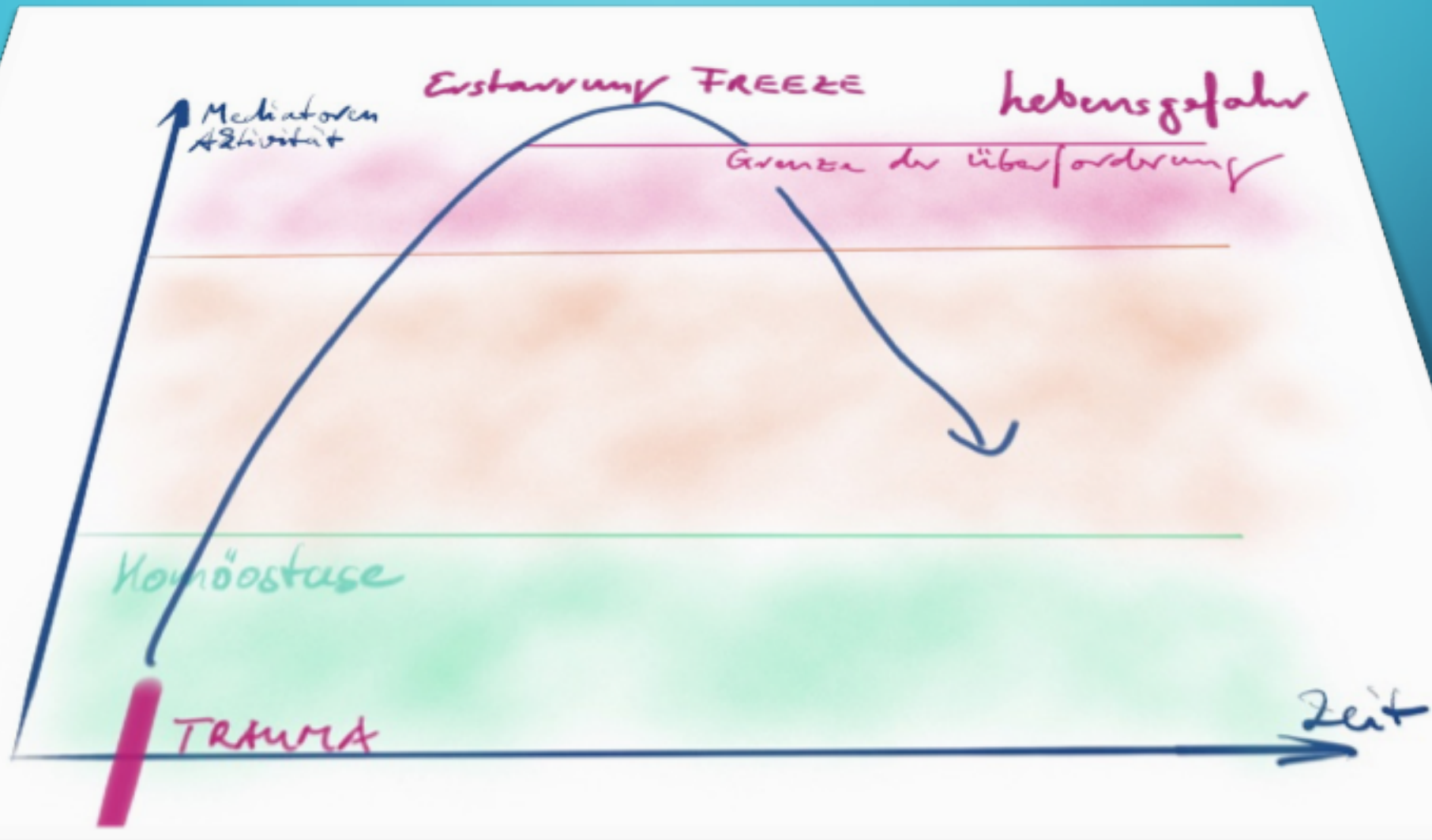
- Kampf oder Flucht
 - Aufmerksamkeit konzentriert sich auf Gefahrensituation
 - Soziale Kooperation fehlt in diesem Modell
- 90-er Jahre: Beschützen und Freundschaft anbieten (tend or befriend)
- Positives Sozialverhalten im/nach Stress verändert Stressreaktionen
 - Heinrichs, von Dawans, Uni Freiburg 2012



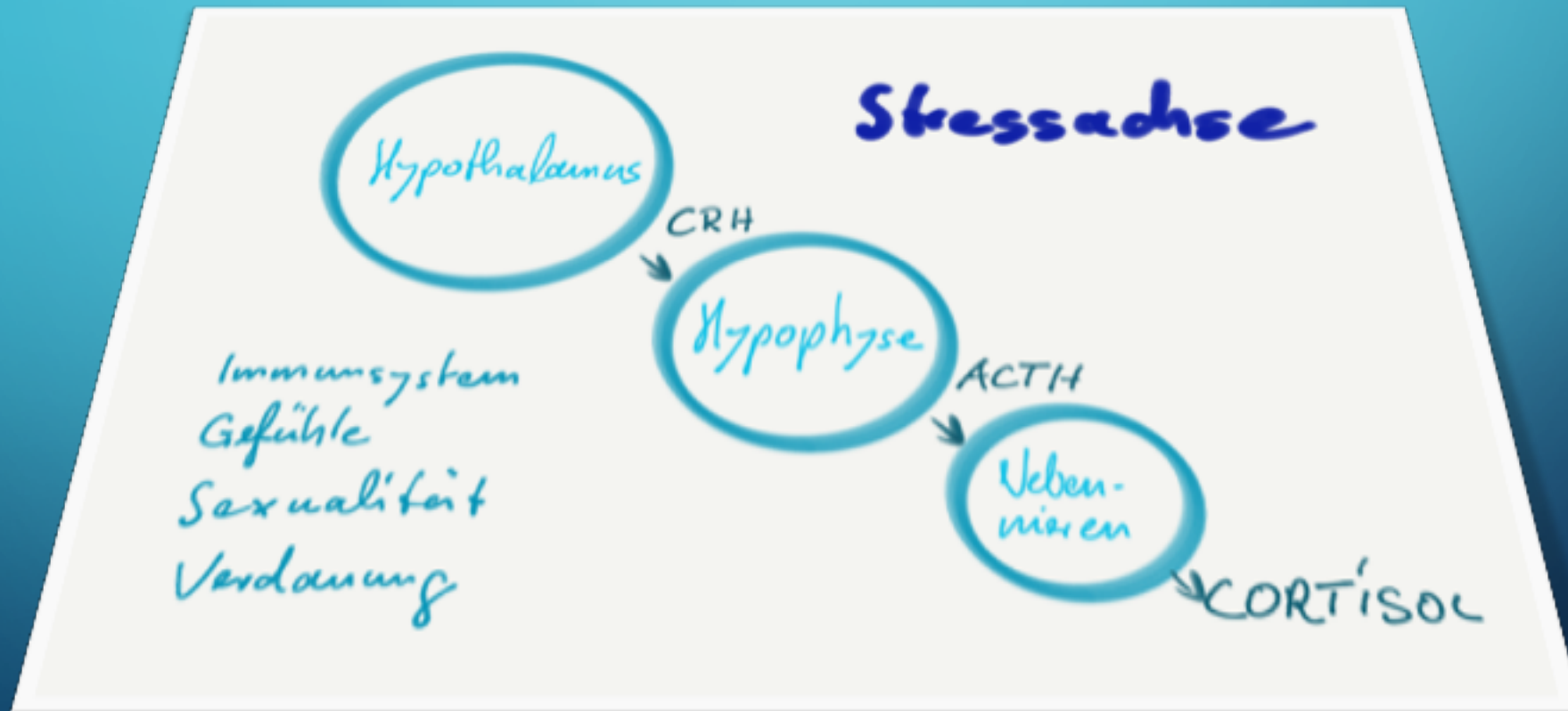
IM GLEICHGEWICHT

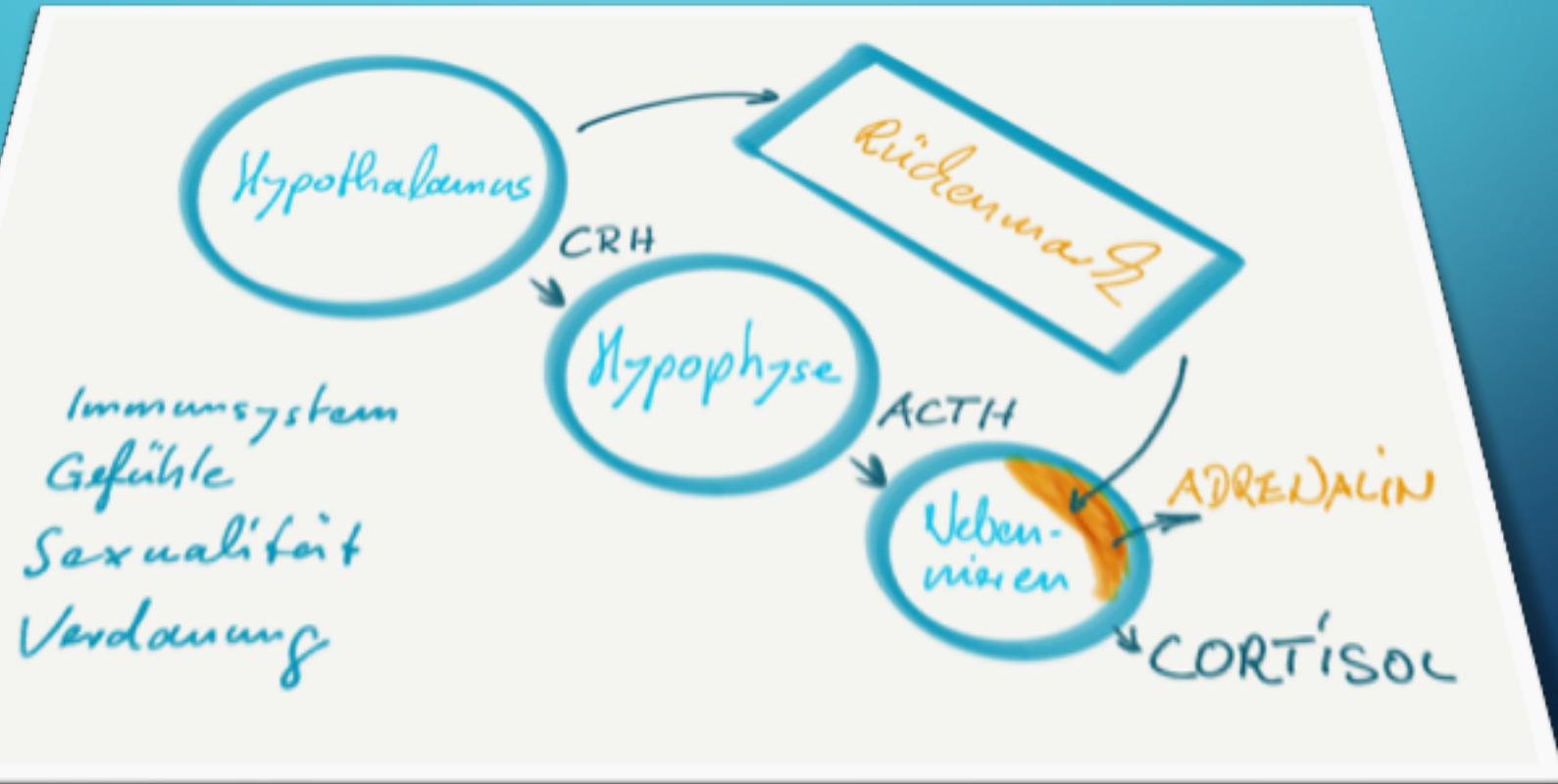
- Homöostase (vgl. Homöopathie)
- Stabiles inneres Milieu
 - Körpertemperatur
 - Physiologie der Körperflüssigkeiten („Säfte“)
 - Blutdruck





IM AFFEKT – BLACKOUT





STRESSANTWORTEN

- Hsp70
- HSF-1
- Neuropeptid Y
- G-Protein-gekoppelter Rezeptor
- JNK
- Forkhead-Box-Protein O3
- Hitzeschockprotein 70
- Hitzeschockfaktor 1
- Polypeptid Neurotransmitter
- Metabotroper Rezeptor
- c-Jun-N-terminale Kinasen
- „Methusalem-Gen“

THIRD EDITION

PSYCHIATRIC CARE
of the
MEDICAL PATIENT

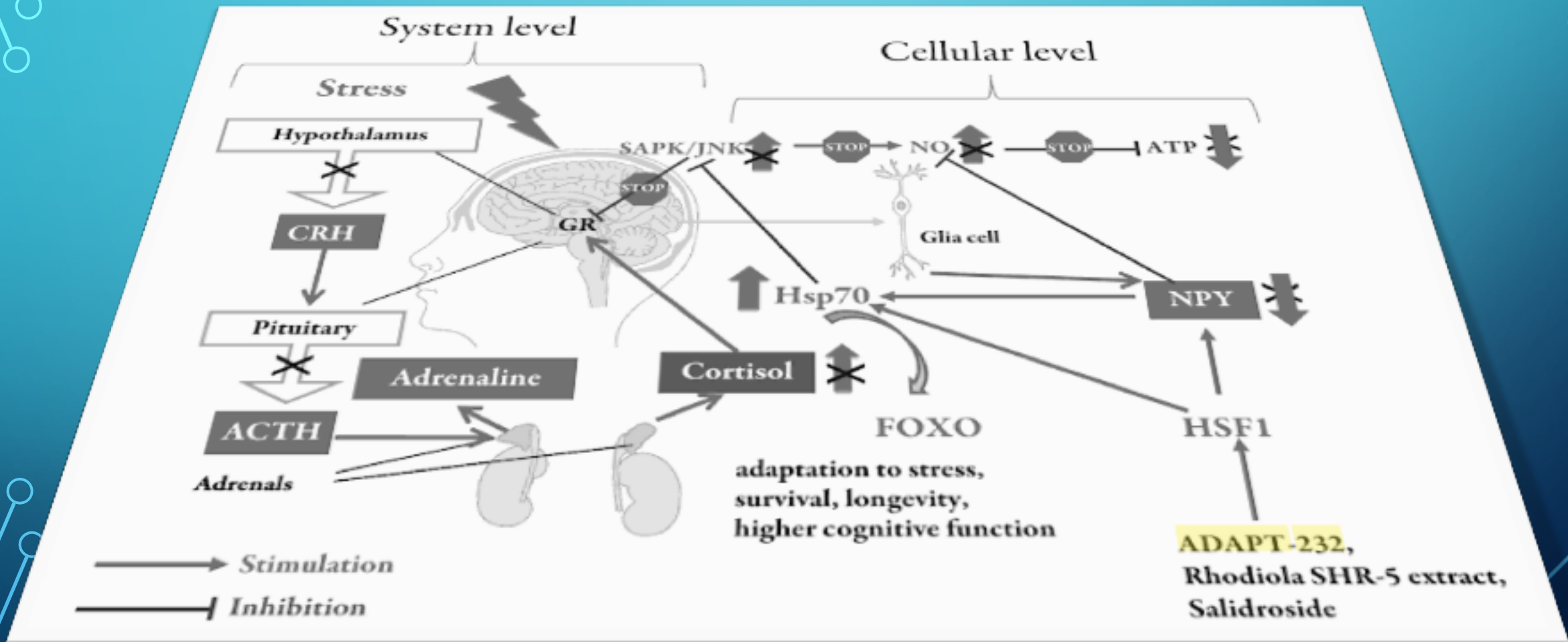


EDITED BY

BARRY S. FOGEL

DONNA B. GREENBERG

OXFORD

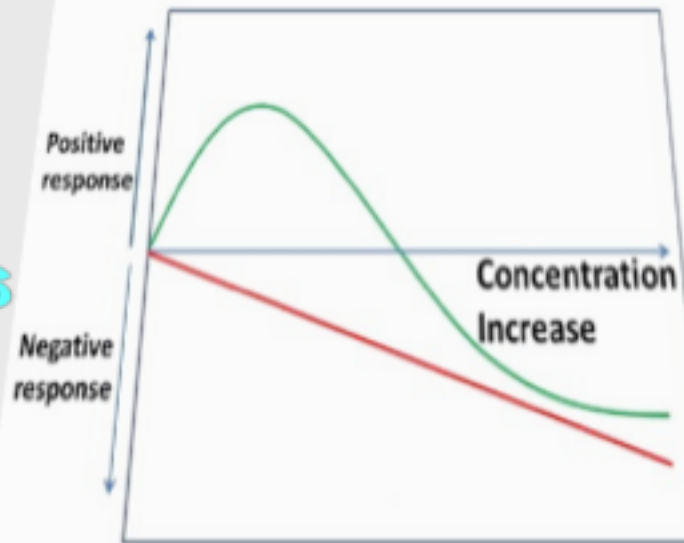


NETZWERKPHARMAKOLOGIE

- Reduktionistische Modelle mit spezifischer Rezeptor-Arzneimittel-Interaktionen sind völlig ungeeignet zu Erklärung der Wirkung von Adaptogenen (meist sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe).

DIE WICHTIGSTE FOLIE

Hormesis



HOHER PREIS: ALTERUNG UND ABNUTZUNG

- **Allostase**

- **Typ 1: Akute, plötzliche Anpassung an belastende Veränderungen**
 - Fieber, Hunger
- **Typ 2: Vorhersehbare Anpassung an belastende Situationen**
 - Psychosozialer Stress
 - Ausgrenzung, Erniedrigung, Beschämung
- **Typ 3: Plötzliches Nachlassen akuter Belastungen**
 - Refeeding-Syndrom
 - Krankheit im Urlaub

GLUCOSEMANGEL - LIPOLYSE - INSULINABNAHME



15 KCAL/KG MAGERSUCHT

Folgen der „normalen“ Nahrungsaufnahme

- Einstellung Lipolyse
- Insulinausschüttung
- Intrazellulärer Anstieg von Kalium, Magnesium, Phosphat

- Ödeme, Arrhythmie, Hypotension
- Atemstillstand, Herzversagen

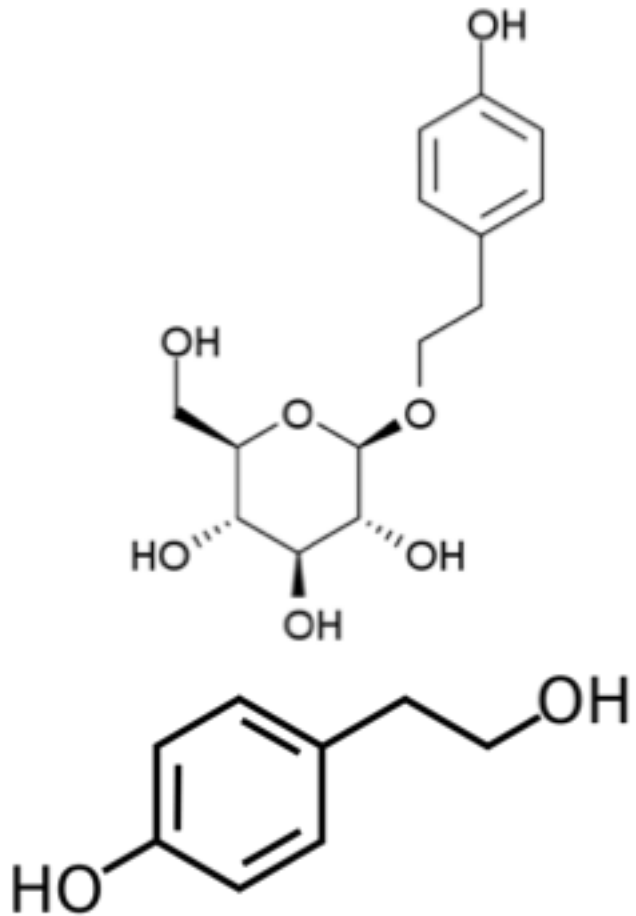


LÄNGER AUF DER VERTIKALEN SITZSTANGE SITZEN



LÄNGER SCHWIMMEN KÖNNEN

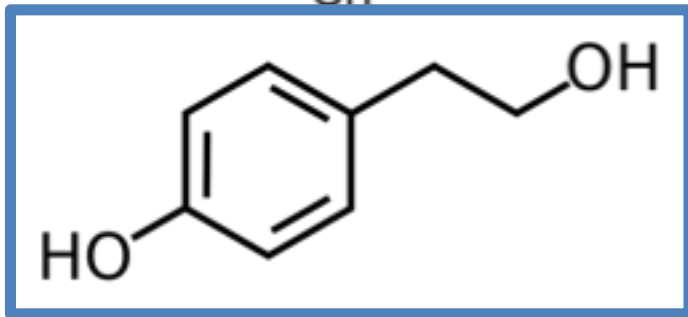
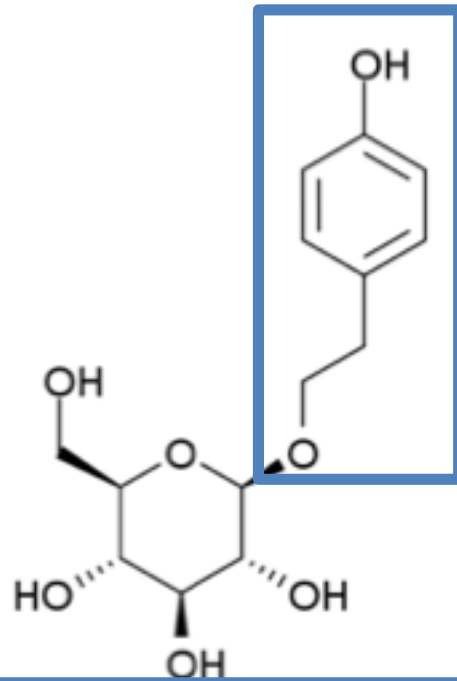




MÜDE UND SCHWACH

- Rosenwurz (*Rhodiola rosea*)
- Salidroside
- Rosavin
- Tyrosol

MÜDE UND SCHWACH



- Rosenwurz (*Rhodiola rosea*)
- Salidroside (wahrscheinlich effektiver)
- Rosavin
- Tyrosol

- Erhöhung Gehirnaktivität
- Stimulierende Effekte
- Noradrenalin, Dopamin, Serotonin
- Sedative Effekte in hoher Dosierung



ES MUSS NICHT IMMER HOCHDOSIERT SEIN!

- Extrakte in dem meisten Studien mit einem Verhältnis:
- 3 T Rosavin : 1 T Salidroside
- Extrakte in Präparaten oft standardisiert auf ca. 3% Rosavin bzw. 1% Salidroside
- Vitango/RhodiLoges 200 mg
 - 2 Tabl./Tag = 12 mg Rosavin

WENN INFEKTIONEN BEI DEN STRESSFOLGEN SIND

- Eleutherococci Radix, Taigawurzel
- Eleutheroside (uneinheitlich)
 - Phenylpropane
 - Saponine
 - Steroide
 - Lignane



ABWEHRSTEIGERUNG MODULATION, STIMULATION

- Antiviral
 - Rhinoviren
 - Influenza-A-Viren
- Erfolge bei chronischer Bronchitis
- „Efeu-Wirkung(?) (Araliaceae)

Weiter sicher nachgewiesen:

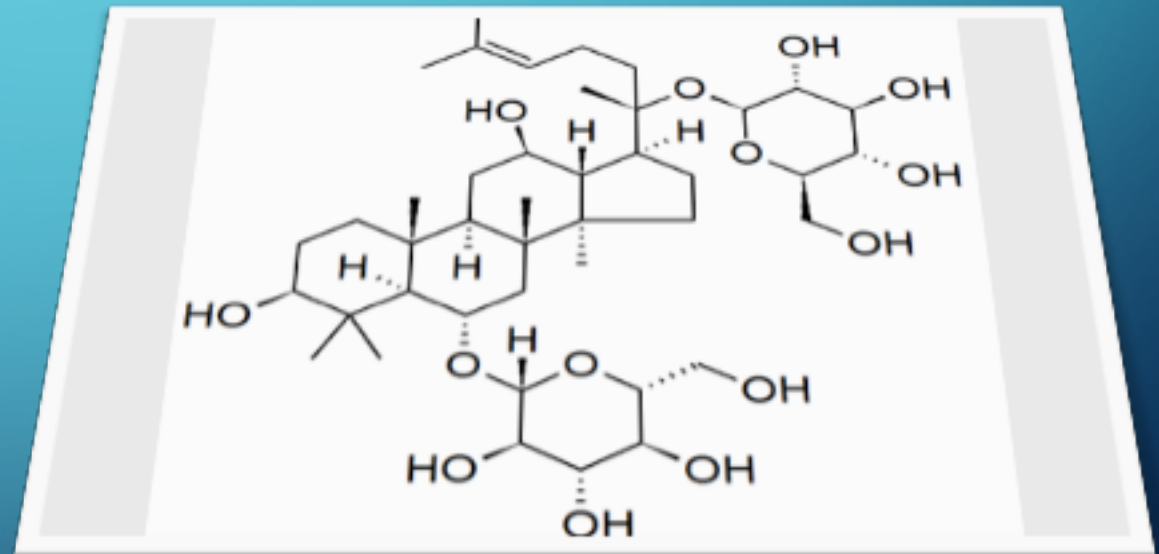
- Adaptogen
- Anabolisch

WURZEL - RINDE, BLÄTTER, FRÜCHTE

- Meiste Studien mit 1:1 Tinkturen (russisch)
- 2 bis 42 ml pro Tag
- Hohe Dosen bis 60 Tage
- 2 Wochen Pause
- China 4,5 g bis 27 g Pulver
- Ph.Eur.-Standardisierung 0,08% Eleutherosid B/E
- 250 mg Extrakt mit 0,8% Eleutherosiden entspr. 2,5 g Droge
- „Normaldosierung“: 2 bis 3 g

EINE SEIFIGE ANGELEGENHEIT

- Bidesmosidische Triterpensaponine
- Zur Zeit über 40 Ginsenoside bekannt
- Indizes Ra bis Rs
 - Rg₁ und Rb₁ (Weißer Ginseng)
 - Rh₂ und Rs₂ (Artefakte Roter Ginseng)



| Ginsenosid | Weißer Ginseng | Roter Ginseng | |
|----------------------------|----------------|---------------|---|
| Rb1 | 0,5% | 0,4% | ZNS: dämpfend RR: senkend Temp: senkend Spasmolytisch Darmperistaltik↑ Analgetisch |
| Rg1 | 0,2% | 0,3% | ZNS: Stimulation RR↑ Temp↑ SW im Knochenmark↑ Verhindert Erschöpfung |
| Gesamt (mittlere Qualität) | 3,35% | 1,54% | CoreanGinsengResearch |

100% NACHGEWIESENE ADAPTOGENE WIRKUNG

- Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens
- Überwindung lethargischer Zustände
- Leistungssteigerung
- Verbesserung Gedächtnisleistung
- 1 bis 2 Gramm Droge / Tag ++
- Min. 10 mg Ginsenoside / Tag
- Ph.Eur. 0,4% Ginsenoside Rb1 + Rg1
- Nach 4 Jahren 1,5% Ginsenoside
- Nach 6 Jahren 8% Ginsenoside

COMMUNITY HERBAL MONOGRAPH ON *PANAX GINSENG* C.A. MEYER, RADIX

- Comminuted herbal substance: Tea 1000 bis 2000 mg / 150 ml water
- Powdered herbal stance
- Dry extract (DER 2-7:1), extraction solvent ethanol 34-40% V/V
- Dry extract (DER genuine 3-7:1), extraction solvent ethanol 40% V/V, containing 4% ginsenosides (sum of Rb1, Rb2, Rc, Rd, Re, Rf, Rg1, Rg2)
- Dry extract (DER 3-7:1), extraction solvent ethanol 57.9% V/V (=50% m/m) - 60% V/V
- Dry extract (DER 3.3-5:1), extraction solvent methanol 60% V/V
- Soft extract(DER 1.7-3.2:1), extraction solvent ethanol 60 - 70% V/V
- Soft extract (DER 2-6:1), extraction solvent methanol 30% V/V
- Liquid extract (DER 1:0.8-1.2), extraction solvent ethanol 30.5% V/V (=25% m/m) – 34% V/V
- Liquid extract (DER 1:11-13.6), extraction solvent liquor wine

BLUTZUCKERSENKUNG

- Übelkeit
- Magenschmerzen
- Durchfall
- Schlafstörungen
- Allergien

KRAFTWURZEL DER HOMÖOPATHIE (D2, D3, TM)

Schwächezustände aller Art

Mangelnde Libido

Gedächtnisschwäche

Depression

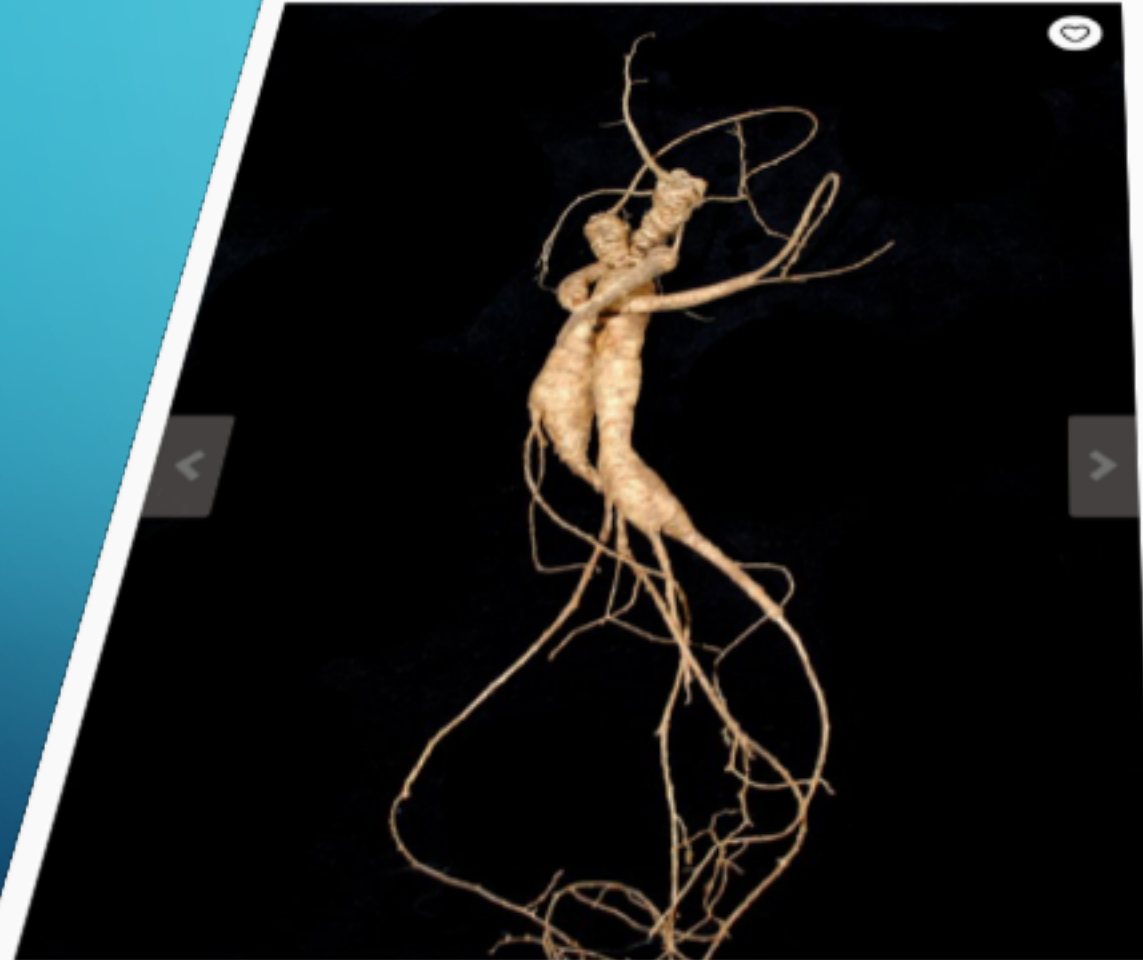
Ischias

Trockene Rachenkatarrhe

- Besonders angezeigt bei folgenden Begleitsymptomen
- Herzklopfen
- Herzbeklemmung
- Meteorismus
- Spastische Obstipation

Dir gefällt dieser Artikel?

Du kannst ihn als Favoriten markieren, um ihn später nochmal anzusehen.



RARE Wild American Ginseng Man Root -
20+ years Certified North Carolina Wild
American Ginseng, Xi Yang Shen

4.424,39 €

Frage stellen

Inkl. USt. (wo zutreffend), plus Versand

In den Warenkorb



Nicht verpassen. Es ist nur 1 davon verfügbar.

Übersicht

- Handgemachter Artikel
- Feedback: **4 Bewertungen**
- Favorisiert von: **45 Personen**
- Geschenknachricht möglich

🏪 Dieser Shop akzeptiert Etsy-Gutscheine.

Versand und Rückgaben

Versandbereit in 3-5 Werktagen

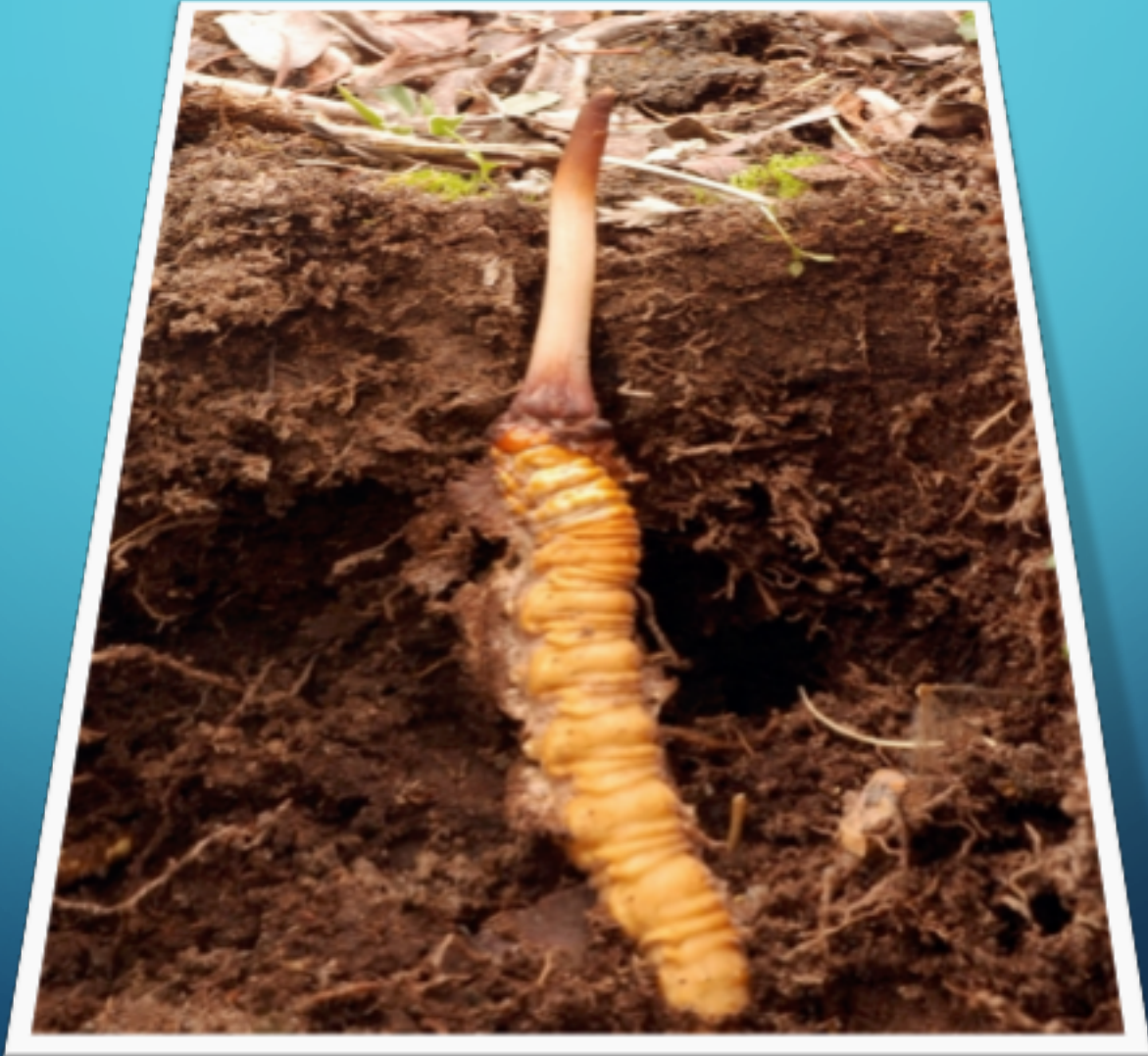
Aus USA

Leider kann dieser Artikel nicht nach Deutschland verschickt werden.. [Shop kontaktieren](#), um mehr über die verfügbaren Versandoptionen zu erfahren.

[Land für Versandziel ändern](#)

[Siehe Versand- und Rückgaberrichtlinien](#)





Daniel Winter

DER CLEVERE PILZ

- Atmungsorgane
 - Ausdauerverbesserung (USA/China)
 - 3 bis 4,5 g/d
- Urogenitalsystem
- Lebererkrankungen
- Cordycepin
 - Leukämie
 - Depression
 - Autoimmunbedingte Erkrankungen



TOTE PUPPEN

- Puppen-Kernkeule
- *Cordyceps militaris*
- Pilz des Jahres 2007
- Enthält auch Cordycepin



SÜSS SAUER SALZIG BITTER SCHARF

- Schisandrafrüchte Wu Wei Zi
- TCM: 5 Geschmacksrichtungen – Wandlungsrichtungen (Panazee)
- Antioxidativ (Schisandrin B)
- Leberschutz (gesichert)
- Hsp70 Ausschüttung
- Dosierung: 1,5 bis 9 g (15 g!)
 - 1 g ca. 10 -12 Beeren



KOMBINATIONEN

ROSENWURZ



TAIGAWURZEL



SCHISANDRAFRÜCHTE



ADAPT-232

- Chisan mixture: a fixed combination of extracts from roots of *R. rosea* L. (Golden Root; 27.6%), from berries of *S. chinensis* Turcz. Baill. (Schisandra; 51.0%), and from roots of *E. senticosus* Maxim (Siberian ginseng; 24.4%)
- Salidroside (0.068 mg/ml), Rosavin, (0.141 mg/ml)
- Schisandrin (0.177 mg/ml)
- Gamma-Schisandrin (0.105 mg/ml)
- Eleutheroside B/E (0.011 bzw. 0.027 mg/ml).