

# Serotonic®

*Diese ausgewählte Zusammensetzung aus verschiedenen Nährstoffen, Vitaminen und Spurenelementen trägt zur Aufrechterhaltung einer gesunden Stimmungslage bei und fördert einen ausgeglichenen Neurotransmitterspiegel im Gehirn, was sich positiv auf Angstzustände, Unruhe und Gemütsstörungen auswirkt.*

## Grundlagen

Gemütsstörungen, die durch Gefühle der Hoffnungslosigkeit und Unzufriedenheit gekennzeichnet sein können, können viele Ursachen haben. Sie können sich als Reaktion auf Stress, Hormonstörungen, biochemische Ungleichgewichte und natürlich auch auf traumatisierende Ereignisse äußern.

Fast jeder hat schon einmal eine Stimmungstiefen erlebt, die schnell wieder abgeklungen ist. In den meisten Fällen erfordert sie keine Therapie. Wenn das Stimmungstief jedoch überwältigend wird und immer wieder auftritt, muss dieses Problem von einem Spezialisten professionell behandelt werden.

In vielen Fällen von Stimmungsstörungen sind die biochemisch-hormonalen Prozesse im Gehirn gestört. Zahlreiche klinische Studien haben bewiesen, dass es einen starken Zusammenhang zwischen Stimmungstief und bestimmten biochemischen Botenstoffen, so genannten Neurotransmittern, im Gehirn gibt. Ist das Verhältnis dieser Botenstoffe (Dopamin, Noradrenalin und Serotonin) dagegen ausgeglichen, wird ein Wohlfühlgefühl empfunden.

Ist dieses Gleichgewicht gestört, z. B. wenn ein Mangel an einem der Neurotransmitter (Serotonin) oder eine Überproduktion eines anderen (Noradrenalin) auftritt, kann man melancholisch, gereizt, ängstlich, unsicher oder deprimiert werden.

Die Inhaltsstoffe in Serotonic® dienen der Aufrechterhaltung eines gesunden Gleichgewichts des komplizierten Systems von Neurotransmittern im Gehirn und tragen so zu einer gesunden Stimmungslage bei.

## Wirkungen

Die Zusammensetzung und Dosierung der verschiedenen Inhaltsstoffe in Serotonic® basiert auf den in zahlreichen Studien ermittelten Richtwerten.

**5-HTP® (5-Hydroxytryptophan)** wird vom Körper in Serotonin umgewandelt und ist eine wichtige Substanz für eine gesunde Gehirn- und Nervenfunktion. Neben seinen vielen anderen Funktionen spielt Serotonin eine wichtige Rolle für den Schlaf, die Stimmungslage, die Schmerzempfindlichkeit und die Modulation von Entzündungsprozessen. Verschiedene Studien über 5-HTP® deuten darauf hin, dass Stimmungsschwankungen, Angstzustände, Schlaflosigkeit und sogar ungesundes Gewicht nur verschiedene Symptome ein und desselben Zustands sind – ein Mangel des Neurotransmitters Serotonin (5-HT).


Niedrige Serotoninspiegel fördern Impulsverhalten, Aggression, Essstörungen, Stimmungsstörungen, Alkoholmissbrauch und Suizidanfälligkeit.

**DLPA® (D, L-Phenylalanin)** ist eine Mischung aus der essentiellen Aminosäure L-Phenylalanin und der spiegelsymmetrischen Form D-Phenylalanin. DLPA® (oder nur die D- oder L-Form) wird seit langem bei Stimmungsstörungen und auch als Therapie für leichte Beschwerden eingesetzt.

Phenylalanin ist eine Aminosäure und gilt als die wichtigste Ausgangssubstanz von verschiedenen Katecholaminen wie Dopamin, Adrenalin und Noradrenalin. Darüber hinaus wird DLPA® im Gehirn zu Phenylethylamin umgewandelt, einem natürlich vorkommenden Botenstoff, der zur Aufrechterhaltung einer gesunden Stimmungslage beiträgt.

**Johanniskrautextrakt** ist eines der ältesten bekannten Heilmittel für die Behandlung von Stimmungsstörungen. Hypericin, der Hauptwirkstoff des Johanniskrauts, trägt zur Stimmungsaufhellung bei, beeinflusst den Hirnstoffwechsel und spielt eine große Rolle bei der Reizübertragung der Nerven.

Neuere Studien haben gezeigt, dass die stimmungsausgleichende Wirkung von Johanniskraut-Extrakten über die Hemmung der Wiederaufnahme der Neurotransmitter Serotonin, Noradrenalin und Dopamin erfolgt. Diesen Wirkmechanismus



**Serotonic®**

- ▶ Fördert ein gesundes Gleichgewicht von Neurotransmittern im Gehirn
- ▶ Hilft bei der Erhaltung einer gesunden Gemütslage und bei Angstzuständen
- ▶ Eine ausgewogene Zusammensetzung natürlicher Wirkstoffe mit stimmungsausgleichender Wirkung

**Auf einen Blick**

**Serotonic®**

teilen auch viele moderne verschreibungspflichtige Stimmungsaufheller, ihre Anwendung ist jedoch häufig mit Nebenwirkungen verbunden.

**Vitamin B6 (Pyridoxin)** ist das Schlüsselvitamin bei der Synthese von Aminosäuren, daher ist es für die Bildung von Proteinen und einigen Hormonen notwendig. Es wird vom Körper auch zur Herstellung von Serotonin, Melatonin und Dopamin verwendet und beeinflusst die Produktion vieler anderer Neurotransmitter. Daher ist Pyridoxin ein wesentlicher Nahrungsbestandteil, der eine wichtige Rolle bei der Regulierung mentaler Prozesse spielt und wahrscheinlich auch die mentale Gesundheit stark beeinflusst. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Menschen, die an Stimmungsstörungen leiden, in der Regel einen bedeutsamen Vitamin-B6-Mangel aufweisen.

**Niacinamid** wird für die Freisetzung von Energie aus Kohlenhydraten benötigt; dabei wird auch Fett gebildet. Darüber hinaus trägt Niacin auch zur Aufrechterhaltung eines gesunden Cholesterinspiegels bei. Der Körper produziert das benötigte Niacin aus Tryptophan. Bei einem Mangel an Vitamin B3 benötigt der Körper überschüssiges Tryptophan für die Niacin-Produktion, was wiederum zu niedrigen Serotonin-Spiegeln führt, die mit einer schlechten Gemütslage einhergehen können.

**Calcium** ist der am häufigsten vorkommende Mineralstoff im Körper und macht bis zu 2 Prozent des Körpergewichts aus. Neben seinen bekannten Funktionen bei der Bildung von Knochen und Zähnen ist es auch an der Produktion und Freisetzung von Neurotransmittern beteiligt.

**Magnesium** wird zur Bildung von Knochen, Proteinen und Fettsäuren sowie zur Aktivierung der B-Vitamine, zur Entspannung der Muskeln und zur gesunden Blutgerinnung benötigt. Es ist auch der Grundbaustein für die Bildung von ATP – dem «Treibstoff», der die Zellen erst zum «Laufen» bringt. Magnesium ist auch für die Freisetzung vieler Hormone notwendig.

Darüber hinaus ist Magnesium entscheidend für die Regeneration jener Zellen im Körper, die den höchsten Energiebedarf haben, zum Beispiel Gehirnzellen. Menschen, die an chronischer Müdigkeit leiden, einem Zustand, der durch große Müdigkeit, Abgeschlagenheit und Antriebsschwäche gekennzeichnet ist, haben oft einen niedrigen Magnesiumspiegel. Wenn in diesen Fällen Magnesium verabreicht wird, bessern sich die Symptome häufig. Auch Stimmungsstörungen gehen häufig mit Magnesiummangel einher.

## Anwendungen

Serotonic® eignet sich zur Behandlung von Stimmungsstörungen, Angst- und Erregungszuständen. Es fördert ein ausgewogenes Niveau an Neurotransmittern im Gehirn und trägt so zu einer gesunden Stimmungslage bei. Sobald diese wieder gesund hergestellt ist, fühlt man sich vitaler und aktiver und kann besser mit Stress umgehen.

## Zusammensetzung

### Eine Kapsel enthält:

5 HTP®	50 mg
L-Phenylalanin	50 mg
Vitamin B6	10 mg
Niacin	10 mg
Niacinamid	35 mg
Johanniskrautextrakt (Hyperizin)	50 mg
Magnesium (Mg)	50 mg
Calcium (Ca)	75 mg

in pharmazeutischer Qualität. Andere Inhaltsstoffe: Reismehl, Magnesiumstearat.

## Dosierung

Im Normalfall 1–4 Kapseln täglich vor dem Schlafengehen mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

## Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Personen, die unter ständiger ärztlicher Betreuung stehen, sollten vor der Einnahme einen Arzt konsultieren. Produktinformationen sind keine Heilaussagen, generell wird vor einer Selbstmedikation ohne Rücksprache mit dem Arzt abgeraten. Irrtümer sowie Druck- und Satzfehler vorbehalten.

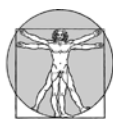
Für Kinder unerreichbar an einem kühlen und trockenen Ort aufbewahren.

### Serotonic®-Produktgruppen

Serotonic® ist in folgenden Produktgruppen zu finden ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

### 😊 Depression & Stimmung

Hersteller:



**VitaBasix**®

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)  
Tel.: 00800-1570 1570 | Fax: 00800-1570 1590

### Wichtige Hinweise:

Unsere Produkte werden nach GMP (Good Manufacturing Practice) Standard hergestellt. Qualität, Reinheit und Konzentration werden laufend von unabhängigen Testlabors nach FDA (Food and Drug Administration) Richtlinien überprüft.

Unsere Produkte sollen als Präventivmaßnahmen bzw. zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens verstanden werden. Bei der Verwendung zur Behandlung von Krankheiten empfehlen wir unbedingt die vorherige Konsultation Ihres Arztes.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Stand: VBX1-21