

#### 4. Wie wird Rhodiola rosea eingenommen und wann spürt man die ersten Erfolge? Gibt es Nebenwirkungen?

Die normale Dosierung lautet 1 Mal morgens eine Kapsel mit einem Glas Wasser unzerkaut schlucken. Hier spürt man die Wirkung sehr schnell. Bereits wenige Stunden nach der Einnahme können sich die Beschwerden gemildert haben.

Nebenwirkungen: keine

#### 5. Gründe, sich für Mag. Pfeiffers® Rhodiola rosea zu entscheiden

- zertifizierte, erstklassige Qualität
- optimale Zusammensetzung der Wirkstoffe
- einfach zum Einnehmen
- faires Preis-Leistungs-Verhältnis

Ständige, freiwillige Qualitätskontrollen sichern eine gleich bleibende, hochwertige Produktqualität.

Vitalis HandelsGesmbH

Färbergasse 15  
6850 Dornbirn



Austria

Tel.: +43 (0) 5572 55177

Fax.: +43 (0) 5572 55177-6

E-Mail: [office@vitalis-austria.at](mailto:office@vitalis-austria.at)

Website: [www.vitalis-austria.at](http://www.vitalis-austria.at)



Erhältlich in allen österreichischen Apotheken.

Vitalis HandelsGesmbH, Färbergasse 15, 6850 Dornbirn, Austria

Tel.: +43 (0) 5572 55177, Fax: +43 (0) 5572 55177-6,

E-Mail: [office@vitalis-austria.at](mailto:office@vitalis-austria.at); Web: [www.vitalis-austria.at](http://www.vitalis-austria.at)



## Mag. Pfeiffers® Rhodiola rosea Anti-Stress & Anti-Burnout

1. Was ist Rhodiola rosea?
2. Wofür wird Rhodiola Rosea verwendet?
3. Wer braucht Rhodiola rosea?
4. Wie wird Rhodiola rosea eingenommen und wann spürt man die ersten Erfolge? Gibt es Nebenwirkungen?
5. Gründe, sich für Mag. Pfeiffers® Rhodiola rosea zu entscheiden



## 1. Was ist Rhodiola rosea?

Rhodiola rosea, ist eine relativ unbekannte Heilpflanze mit bemerkenswerten, adaptogenen Wirkungen. Rhodiola rosea, zu Deutsch Rosenwurz, gehört zur Familie der Dickblattgewächse (Crassulaceae). Sie war in Europa schwedischen und französischen Ärzten schon im 18. Jahrhundert bekannt sowie in pharmazeutischen Büchern gut beschrieben.

Rhodiola rosea wächst in alpinen Hochlagen bis 4500 m Seehöhe auf sandigen Böden nicht nur in Sibirien, Tibet, Schweden und im Altaigebirge, sondern auch in den Alpen, Nordamerika und Kanada. Der wirksame Bestandteil ist die Wurzel.

Die schamanische Volksmedizin Tibets, Sibiriens und Skandinaviens verwendete Rhodiola rosea schon vor vielen hundert Jahren zur Stärkung des Immunsystems bei extremer Kälte, zur Leistungssteigerung bei starker körperlicher Belastung und bei allen Arten von geistigem und körperlichem Stress.

## 2. Wofür wird Rhodiola rosea verwendet?

- zur Vorbeugung und Behandlung von Burn-out\*
- kann die Widerstandsfähigkeit gegen Stress erhöhen
- kann stimmungsaufhellend wirken
- bei depressiven Verstimmungen
- kann bei geistigem und körperlichem Stress wirken
- kann die Leistungsfähigkeit (besonders beim Sport und Höhenbergsteigen) steigern
- kann die muskuläre Kraft erhöhen
- kann die Erholungszeit des Herzmuskels und der übrigen Muskulatur verkürzen
- kann das vegetative Nervensystem und die Kreislaufregulation entspannen
- bei chronischer Müdigkeit
- bei Unfruchtbarkeit

- zur allgemeinen Stärkung des Immunsystems
- kann die Konzentrationsfähigkeit fördern

## 3. Wer braucht Rhodiola rosea?

Alle Personen, die an den zuvor erwähnten Beschwerden leiden, besonders Stressgeplagte, Burn-out-Gefährdete, Leistungs- und Hobbysportler sowie zur Rekonvaleszenz.