

Beruhigt und entspannt
bei nervösen Störungen



dysto-loges[®] S



Der Alltag – reine **NERVENsache**



Nervosität ist ein typisches Merkmal unserer Zeit.

Kein Wunder, denn Hektik, Termindruck und Stress prägen den Tagesablauf nicht nur in Schule, Studium oder Beruf, sondern häufig auch zu Hause.

Wie das Wort „Nervosität“ und die medizinische Diagnose „nervöse Störung“ verraten, betrifft das Problem in erster Linie unsere Nerven. Und das Nervensystem ist an der Steuerung sämtlicher körperlicher, geistiger und seelischer Vorgänge beteiligt. Die Nerven übermitteln Botschaften und Befehle, aktivieren oder hemmen die Funktionen aller Organe.

Daher überrascht es nicht, dass sich Nervosität oft auch durch vielfältige körperliche Symptome ohne eine feststellbare Erkrankung bemerkbar macht.



ZUM BEISPIEL:

- Innere Unruhe verbunden mit Durchschlafstörungen
- Nervöse Herzbeschwerden (Beklemmungsgefühl, erhöhte Pulsfrequenz)
- Kreislaufbeschwerden wie z. B. Schwindel
- Kopfschmerzen
- Magenschmerzen, Übelkeit, Völlegefühl, Sodbrennen
- Nervöses Schwitzen

11.00
Emma aus
Kita abholen

Milch
einkaufen
!!!

Gartenfeier
planen

Nervöse **STÖRUNGEN**

beherrschen uns
am Tag und in der Nacht

Wie nervöse Störungen entstehen und wie sie erlebt werden, ist individuell sehr verschieden. Auslöser von nervösen Störungen können alle denkbaren Situationen sein, die vom Einzelnen als unangenehm oder bedrohlich empfunden werden.

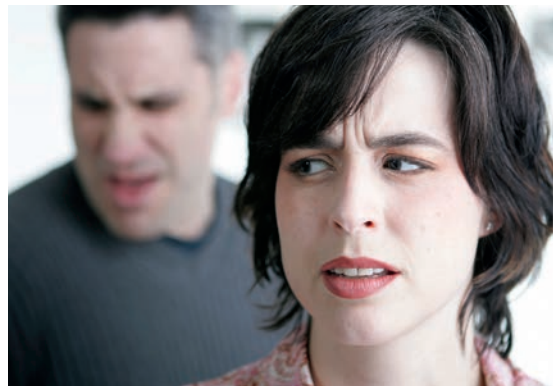


Enttäuschungen,
Versagensängste,
Über- und auch
Unterforderung,
Unsicherheit &
private Konflikte

...sind besonders starke Einflussfaktoren. Auch scheinbar längst vergessene Schockerlebnisse können oft noch lange nachwirken.

Nervöse Störungen werden sehr häufig von Durchschlafstörungen begleitet. Etwa jeder fünfte Erwachsene leidet darunter – Frauen etwa doppelt so häufig wie Männer.

Da sich der Körper im Schlaf regeneriert, machen Überbelastung und Durchschlafstörungen auf Dauer krank. Viele der Betroffenen leiden beispielsweise unter Magen- und Darmbeschwerden, Herzbeschwerden oder Kopfschmerzen.





Magenschmerzen war mein Thema – dachte ich, aber mein Magen war organisch gesund. Mir lag vielmehr etwas auf der Seele, das im Magen revoltierte. Aber das musste ich erst begreifen.

Vieles scheint zuerst auf organische Beschwerden hinzudeuten – jedoch ist meist das entsprechende Organ ohne Befund. Der Patient hört von seinem Arzt, dass er eigentlich gesund sei.

Meist ruft die angeschlagene Seele über das Organ um Hilfe, weil in unserer schnelllebigen und lärmenden Zeit verlernt wurde, auf die eigenen Gefühle zu hören.



Mir war oft schwindelig, unwohl und traurig zumute. Ich lag im Bett und konnte meine Sorgen nicht abstellen. Nach dem Auszug meiner Kinder fühlte ich mich alt, einsam und wertlos. Mein Arzt sagte mir, ich sei organisch gesund.

Betroffene müssen genau das wieder lernen: **in sich hineinhorchen!** Wo hakt es? Was kann ich selbst tun, um wieder Zufriedenheit und Lebensfreude zu erreichen?

Und da darf man sich ruhig Unterstützung holen: eine biologische Arznei kann wirksam und schnell erste Hilfe leisten – **dysto-loges® S**.

Hilfreiche Medizin – aus fünf bewährten **HEILPFLANZEN**

dysto-loges® S ist ein biologisches Arzneimittel mit einer Wirkstoffkombination, die speziell auf die Linderung nervöser Störungen abgestimmt ist.

Der Wirkstoffkomplex mit den fünf entspannenden und beruhigenden Wirkstoffen ist unter dem Namen **dysto-loges® S** bekannt. Dieses biologische Kombinations-Arzneimittel wurde speziell auf die Linderung nervöser Störungen abgestimmt.

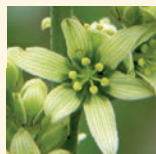
Die Heilpflanzen in **dysto-loges® S** tragen alle in unterschiedlicher Weise zu der ausgleichenden Gesamtwirkung bei. Die Passionsblume z.B. lindert Schlafstörungen, Unruhezustände und nervös bedingte Organstörungen und führt gemeinsam mit den anderen Wirkstoffen zu der entspannenden und beruhigenden Wirkung:

	Innere Unruhe, Erregung, Nervosität	Angst und Spannungszustände	Schlafstörungen	Erschöpfung, Schwäche	Niedergeschlagenheit	Nervöse Organbeschwerden
Passiflora	■	■	■			
Reserpinum	■		■	■	■	■
Gelsemium	■	■	■	■		■
Veratum	■	■	■	■	■	■
Coffea	■		■	■		



PASSIFLORA INCARNATA

Die Passionsblume wirkt beruhigend und entkrampfend. Sie kann Schlafstörungen und Unruhezustände lindern und wirkt ausgleichend auf das Nervensystem.



RESERPINUM

Der Wirkstoff wird aus der Rauwolfia (Schlangenzurzel) gewonnen und hilft gegen Schwäche- und Verstimmungszustände. Vorübergehende, situationsbedingte Blutdruckerhöhungen werden reguliert und geistiger Erregbarkeit und innerer Unruhe wird entgegengewirkt. Die Wiedergewinnung des seelischen Gleichgewichts wird so gefördert.

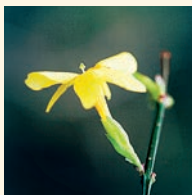


VERATRUM ALBUM

Der weiße Nieswurz oder auch „Germer“ genannte Lilienart hat eine lange Tradition als Heilmittel und wirkt vorrangig durch Anregung der Ruhenerven, besonders bei nervös bedingten Magen-Darm- und Kreislauf-Störungen.

GELSEMIUM

Der gelbe Jasmin kann in aufregenden Lebenssituationen (z. B. bei Prüfungsangst) die nervliche Anspannung mildern. Auch damit einhergehende körperliche Beschwerden wie Zittern, schneller oder unregelmäßiger Herzschlag werden günstig beeinflusst.



COFFEA

Für den Wirkstoff Coffea werden ungeröstete Kaffeebohnen verarbeitet. In der in **dysto-loges® S** enthaltenen homöopathischen Verdünnung wirkt Coffea aber der üblichen Kaffeewirkung entgegen, also beruhigend und schlaffördernd. Innere Unruhe, Erregung und Nervosität werden abgebaut.

Gehen Sie auf **ENTSPANNUNGS- KURS**

Das mit Abstand wichtigste Mittel gegen nervöse Störungen aber ist Entspannung – genauer gesagt, der richtige Rhythmus von Anspannung und Entspannung. Wozu übrigens auch ausreichend lange Schlafphasen gehören.

Entspannung ist nichts Geheimnisvolles oder Mystisches, sondern ein ganz natürlicher Vorgang, den wir nur leider viel zu häufig vergessen haben. Er kann aber, genau wie Bewegung, erlernt werden.

Rhythmik im Sinne des Wechsels von An- und Entspannung ist das Geheimnis vieler Entspannungstechniken (z. B. Progressive Muskelentspannung) und bestimmter Gymnastikformen wie Pilates. Eine zentrale Rolle spielt dabei die Atmung. Yoga war ursprünglich „nur“ eine Atemtechnik.



Auch Singen entspannt über den Atem – ebenso Lachen und Weinen. Gezieltes Atemtraining kann den Teufelskreis aus Verspannung, schlechter Sauerstoffversorgung, erneuter Verspannung und daher erneut verschlechterter Atmung unterbrechen. Zur Entspannung sollten Sie tief in den Bauch atmen – dabei durch die Nase ein- und durch den Mund wieder ausatmen.



Welche Entspannungstechnik Sie wählen, liegt ganz bei Ihnen.



Im Handel gibt es Kurse in Buchform, auf CD oder Video. Grundsätzlich ist es aber besser, unter direkter Anleitung zu lernen und zu üben. Sehen Sie einfach im Programm Ihrer örtlichen Volkshochschule oder eines Sportvereins nach, ob entsprechende Veranstaltungen angeboten werden. Ein Kurs hat nebenbei auch den Vorteil, dass er Ihnen einen Rhythmus vorgibt – das erleichtert die Überwindung der inneren Trägheit. Und er bietet Ihnen die Chance, nette Mitmenschen kennenzulernen.

Progressive Muskelentspannung, Yoga, Atemtraining, Lachen und Weinen...

Zur biologischen Therapie nervöser Störungen: **dysto-loges® S**



- entspannt und beruhigt
- verbessert die Schlafqualität
- keine Tagesmüdigkeit
- keine Gewöhnung
- sehr gut verträglich

Dosierungsempfehlung:

Schulkinder von 6-11 Jahren

2x täglich

1



Jugendliche ab 12 Jahren und **Erwachsene**

3x täglich

1



ODER

3x täglich

8-10



dysto-loges® S gibt es als Tabletten (Packungen mit 50, 100 und 200 Stück) und Tropfen (Packungen mit 50 und 100 ml) rezeptfrei in allen Apotheken.

dysto-loge® S Tabletten und dysto-loges® S Tropfen. Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Nervöse Störungen. **Warnhinweise (Tabl.):** Enthält Lactose, Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Erhältlich nur in Apotheken.

dysto-loges® S

Schützenstraße 5, 21423 Winsen (Luhe)
Telefon 04171-707-0
Telefax 04171-707-100
info@loges.de, www.loges.de

Dr. Loges 
BIOLOGISCHE THERAPIEN