



## Griffonia

Titriert zu mind. 30 % in L-5-HTP

**Glücksgefühle aus der Natur**

	1 Einheit	3 + 1 gratis
170 mg / 90 Kapseln	21,00 €	63,00 €
170 mg / 180 Kapseln	29,00 €	87,00 €

### HAUPTINDIKATIONEN:

Emotionales Gleichgewicht, Energie (müdigkeit), Gehirn (kopfschmerzen), Gewicht (appetitzügler, ausgewogene ernährung), Muskeln und Skelette, Schlaf

*Griffonia simplicifolia* ist eine afrikanische Pflanze, deren Samen von Natur aus reich an L-5-HTP (Hydroxytryptophan) sind, der direkten Vorstufe von Serotonin, einer der wichtigsten Neurotransmitter des Gehirns.

Serotonin steuert den Schlaf sowie die Stressbewältigung. Wird seine Produktion angeregt, **können Depressions- oder Angstzustände reduziert und eine gute Schlafqualität erreicht werden.**

**Griffonia ist damit eine natürliche und besonders wirksame Antwort auf Stresssituationen, um zu Ruhe, Ausgeglichenheit und einem guten Schlaf zu finden.**

Das in *Griffonia simplicifolia* enthaltene L-5-HTP **hat nicht die Nebenwirkungen von synthetischen Anti-Depressiva und führt nicht zur Abhängigkeit.** Es ermöglicht, im Gegensatz zu synthetischen Anti-Depressiva Angst- und Depressionzustände **ohne aggressive Einwirkung auf die natürliche Gehirnfunktion** zu reduzieren.

## Zusammensetzung

### INHALTSSTOFFE:

Auf 3 Kapseln: 510 mg Trockenextrakt aus saattgut Griffonia (*Griffonia simplicifolia* (DC.) Baill.), zu mind. 30% in L-5-hydroxytryptophane (L-5-HTP) titriert (d.h. 153 mg).

### WEITERE INHALTSSTOFFE:

- Griffonia 170 mg / 90 Kapseln: Maltodextrin, pflanzliche Kapsel (Hydroxypropylmethylcellulose).
- Griffonia 170 mg / 180 Kapseln: Maltodextrin, pflanzliche Kapsel (Hydroxypropylmethylcellulose).

### ALLERGENE:

Dieses Produkt enthält weder Allergene (gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011) noch gentechnisch veränderte Organismen.

### HERSTELLUNG UND QUALITÄTSGARANTIE:

Dieses Nahrungsergänzungsmittel wird von einem Labor gemäss den GMP-Normen hergestellt. Die GMP-Normen bezeichnen die geltenden Normen für die gute Herstellungspraxis in der europäischen Pharmaindustrie (auf Englisch: Good Manufacturing Practice). Der Wirkstoffgehalt wird durch regelmässige Analysen, die online nachlesbar

sind, gewährleistet.

## Gebrauch

---

### **GEBRAUCHSHINWEISE:**

3 Kapseln täglich mit einem halben Glas Wasser aufgeteilt auf 3 Einnahmen jeweils vor den Mahlzeiten.

### **VORSICHTSMAßNAHMEN FÜR DIE ANWENDUNG:**

Nicht für schwangere oder stillende Frauen geeignet. Die tägliche empfohlene Dosis darf nicht überschritten werden.

### **ACHTUNG:**

Ersetzt keine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bei medizinischer

### **HINWEISE ZUR LAGERUNG:**

An einem kühlen, trockenen Ort lagern. Vor Sonneneinstrahlung schützen.

## Ausführliche Informationen

---

*Griffonia simplicifolia* ist eine afrikanische Pflanze, deren Samen von Natur aus reich an L-5-HTP (Hydroxytryptophan) sind, der direkten Vorstufe von Serotonin. Griffonia ist damit eine natürliche und besonders wirksame Hilfe bei Stresssituationen, um zur Ruhe, Ausgeglichenheit und einem guten Schlaf zu finden.

Serotonin ist einer der wichtigsten Neurotransmitter des Gehirns. Als Melatonin-Vorstufe reguliert es den Schlaf und die Stressbewältigung. Mit dem Alter lässt die Produktion von Serotonin nach. Ausserdem kann seine Produktion durch täglichen Stress reduziert werden, was zu depressiven Verstimmungen, Erschöpfung, Angst und Schlaflosigkeit führt.

Das in *Griffonia Simplicifolia* enthaltene L-5-HTP ist die gleiche Aminosäure, die unser Organismus selbst herstellt. Es ist für die regelmässige Neuversorgung von Serotonin unerlässlich und ermöglicht im Gegensatz zu synthetischen Anti-Depressiva, Angst- und Depressionszustände ohne aggressive Einwirkung auf die natürliche Gehirnfunktion zu reduzieren. Synthetische Anti-Depressiva blockieren dagegen die natürliche Wiederaufnahme von Serotonin durch die Hirnsynapsen und verursachen mehrere unerwünschte Nebenwirkungen, wie zum Beispiel Bluthochdruck, Zittern, Verstopfung, Übelkeit, Migräne und vor allem Abhängigkeit. Ohne ihre Nebenwirkungen zu haben, erweist sich Griffonia genauso wirksam wie synthetische Anxiolytika und Anti-Depressiva.

Mehrere Studien zeigen zudem, dass Griffonia dazu beitragen kann, die Häufigkeit und Intensivität von Kopfschmerzen zu verringern.

Griffonia hat auch eine sehr positive Wirkung bei Fibromyalgie. Die Verbindung zwischen einer niedrigen Serotoninkonzentration und Fibromyalgie sowie der positive Effekt von L-5-HTP auf die Linderung der Symptome dieser Krankheit wurde nun nachgewiesen.

Griffonia wirkt appetitzügelnd und kann eine Gewichtsabnahme unterstützen, weil Serotonin bei der Hemmung des Appetits bei kohlenhydrathaltigen, kalorienreichen Lebensmitteln beteiligt ist.