

## Beschrijving

# De regulator voor uw gemoed

Het Rhodiola plantje komt oorspronkelijk voor in koude, bergachtige gebieden van noordelijk Amerika, Noordoost Europa en Noord-Azië. In deze geografische gebieden, worden de wortels (als adaptogeen) traditioneel gebruikt voor de gemoedstoestand\*\*. De rhizoma en radix van rhodiola bevatten fytoosterolen, organische zuren, flavonoiden, glycosiden, vetten, fenolen en sporen van etherische oliën met maar liefst 86 bestanddelen, waarvan de mono terpenen en alcoholverbindingen de meest overheersende zijn. Het hoog gestandaardiseerde extract van Vitakruid bevat echter een hoog percentage van de nutriënten, rosavin (3%) en salidroside (1%). Dit zijn de werkzame bestanddelen waaraan gezondheid bevorderende effecten toegeschreven mogen worden\*\*.

### \*\* Voorlopig toegestane gezondheidsclaims (on hold):

- Rhodiola draagt bij tot een normale bloedcirculatie, wat geassocieerd wordt met breinactiviteit en reactiviteit
- Rhodiola heeft een gunstig effect op het cardiovasculaire systeem omdat het helpt tegen stress en hypertensie.
- Rhodiola draagt bij tot optimale mentale en cognitieve activiteit.
- Rhodiola helpt bij het aanpassen aan emotionele stress en bij het stimuleren van het zenuwstelsel.
- Rhodiola heeft een gunstig effect op vermoeidheid en hoofdpijn veroorzaakt door stress.
- Rhodiola is gunstig bij slaapproblemen en verbetert de gemoedstoestand.