

► **1 Kapsel (Tagesdosis):**

**Lactobacillus plantarum DR7**  
**Lactobacillus plantarum CECT 7485**  
**Lactobacillus brevis CECT 7480** mit

2 Mrd. koloniebildenden Einheiten (KBE),  
250 mg Ashwagandha-Wurzelextrakt KSM-66®,  
50 mg Gamma-Aminobuttersäure (GABA),  
0,42 mg Vitamin B<sub>6</sub>

► **Gut verträglich**

 glutenfrei  laktosefrei  vegan

► **Einfach anzuwenden**

 1 x täglich eine Kapsel mit  
einem Glas Wasser einnehmen.



**Hinweise**

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Nicht empfohlen für schwangere und stillende Frauen sowie Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren.



# WENN DIE PSYCHISCHE BELASTUNG IMMER SPÜRBARER WIRD...

Jeder  
**4. Erwerbstätige**  
fühlt sich  
seelischen Belastungen  
ausgesetzt<sup>1</sup>



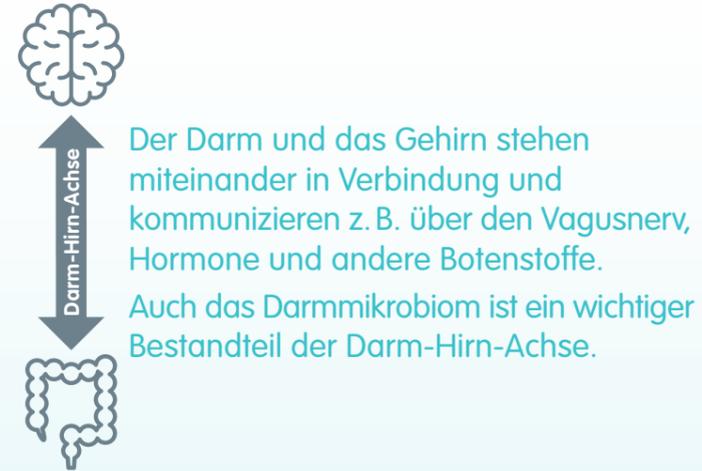
Fehltage  
aufgrund von  
psychischer Belastung  
um 137% gestiegen<sup>2</sup>



**Für wen ist SymbioLact Mentale Balance\* geeignet?**

» Für Erwachsene, die z. B. aufgrund starken Drucks im Berufsalltag unter Stress- und Angstsymptomen leiden.

Chronischer Stress beeinträchtigt die mentale und psychische Gesundheit des Menschen. Neben allgemein bekannten Gesundheitsrisiken wie Bluthochdruck wirkt chronischer Stress auch schädlich auf den Darm und seine Mikrobiota, was die Gesundheit zusätzlich beeinträchtigen und Stressfolgen noch verstärken kann. Die Darm-Hirn-Achse spielt dabei, neben weiteren Mechanismen, eine wichtige Rolle.



**SymbioLact® Mentale Balance\* kann bei Entspannung und innerer Unruhe unterstützen\*:**

**3 Milchsäurebakterienstämme:**

- » Lactobacillus plantarum DR7
- » Lactobacillus plantarum CECT 7485
- » Lactobacillus brevis CECT 7480

**Ashwagandha**

**Neurotransmitter GABA  
(γ-Aminobuttersäure)**

**Vitamin B<sub>6</sub>\***

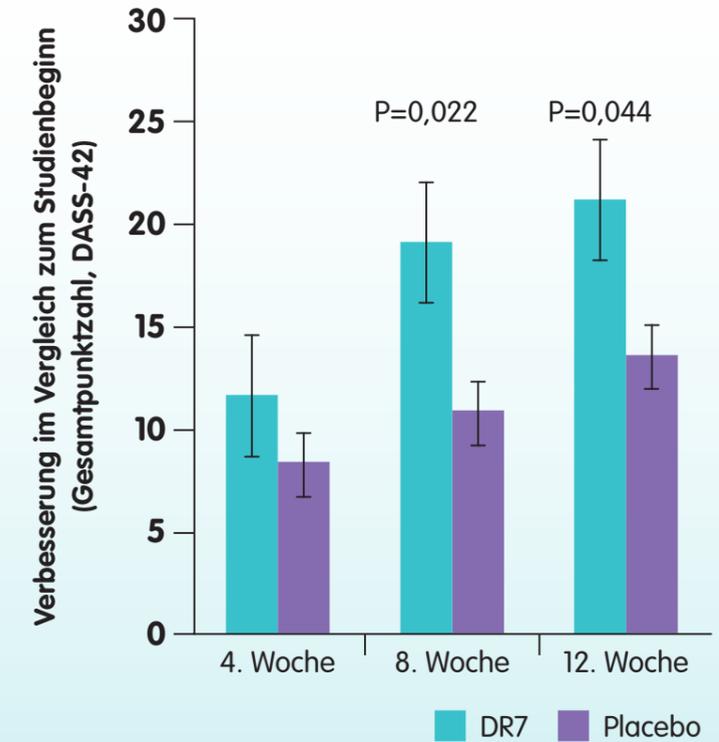
**DIE STUDIE<sup>1</sup>**

**Untersuchungen zeigen, dass bestimmte Bakterienstämme, wie z. B. Lactobacillus plantarum DR7, nicht nur einen positiven Einfluss auf die Darm-Mikrobiota, sondern auch auf das psychische Wohlbefinden haben.**

**• Lactobacillus plantarum DR7:**

- » fördert die Produktion des Neurotransmitters Serotonin, der beruhigend wirkt
- » reduziert das Cortisol-Level, das z. B. durch Stress ansteigen kann.
- » Verringert Stress- und Angstsymptome (DASS-42 Gesamt-Score)

Wirkung von Lactobacillus plantarum DR7 in klinischer Studie nachgewiesen!



\* Vitamin B<sub>6</sub> trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen psychischen Funktion bei.

<sup>1</sup> Chong HX, Yusoff NAA, Hor YY, et al. Lactobacillus plantarum DR7 alleviates stress and anxiety in adults: a randomised, double-blind, placebo-controlled study. Benef Microbes. 2019;10(4):355-373. doi:10.3920/BM2018.0135.