

*Nicht jeder Tag  
ist gut, aber jeder  
Tag hat etwas Gutes.*



**Nervoregin®**

Natürliche Hilfe bei innerer  
Unruhe und Schlafstörungen



**PFLÜGER**

SCHÜBLER-SALZE  
HOMÖOPATHIE

## Liebe Leserin, lieber Leser,

fühlen Sie sich auch gestresst, innerlich angespannt, erschöpft und können möglicherweise schlecht ein- oder durchschlafen? Dann geht es Ihnen wie vielen anderen Menschen.

Welche Einschränkung jeder Einzelne erfährt, ist individuell unterschiedlich. So leidet ein Teil der Betroffenen vorrangig am Tag unter innerer Unruhe, Anspannung und Nervosität. Es fehlt an Konzentration und Ruhe, um alle Aufgaben erledigen zu können. Ein anderer Teil kann abends nicht abschalten und liegt trotz physischer und geistiger Erschöpfung nachts wach. Dadurch fehlt die Kraft am Tag und es beginnt ein Teufelskreis.

In den meisten Fällen kennen wir die Ursachen unseres Stresses nur allzu genau und wissen, dass uns die Hektik nicht guttut. Doch wir haben das Gefühl, dass wir es weder im Job noch in der Familie ruhiger angehen lassen können.

Kein Wunder, dass mehr als 60 Prozent der Deutschen angeben, unter ständiger Überlastung und Anspannung zu leiden – häufig begleitet von innerer Unruhe und Schlafstörungen. Dabei sind alle Altersgruppen betroffen, Frauen doppelt so häufig wie Männer. Fortwährender Stress führt zu einem erhöhten Risiko für körperliche und psychische Erkrankungen. Daher ist es wichtig, akute und präventive Maßnahmen zu ergreifen sowie Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Lesen Sie in dieser Broschüre, welches die häufigsten Ursachen von Stress sind und wie Sie auf natürliche Weise mit Nervoregin® das angespannte Nervensystem beruhigen können. Zusätzliche Tipps wie das Konzept der Dankbarkeit geben Ihnen Hilfestellung, die Entspannung zu fördern und den Fokus wieder auf positive Gedanken zu lenken.



# Stress: Ursachen, Folgen und wie wir den Teufelskreis durchbrechen

Stress beeinflusst Menschen in jeder Lebensphase. Was uns belastet, wandelt sich jedoch mit den Jahren:



Kinder

## Reizüberflutung und Mobbing

Übermäßiger Medienkonsum, Schulstress, Leistungsdruck, aber auch Familienstress und Versagensängste belasten viele Kinder.

## Beruf und Ausbildung

Prüfungsstress, Berufseinstieg, ständige Erreichbarkeit und finanzielle Unsicherheit stellen junge Erwachsene vor Herausforderungen.



Ab 18



Ab 30

## Beziehung und Kinder

Überhöhte Ansprüche an sich selbst und die Doppelbelastung durch Familie und Beruf sind die größten Stressfaktoren.

## Gesundheit und Beruf

Gesundheitliche Veränderungen, berufliche Herausforderungen im Alter und private Konflikte beschäftigen diese Altersgruppe.



Ab 50

Dauern stressige Situationen an, können als Folge innere Unruhe, Nervosität und Schlafstörungen auftreten. Betroffenen fällt es oft schwer, entspannt den Augenblick zu genießen, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren oder nach einer Nacht erholt aufzuwachen.

Doch die gute Nachricht ist: Wir können aus diesem Teufelskreis ausbrechen. Denn wer aktiv wird, öffnet die Tür zu einer achtsameren, glücklicheren und selbstbestimmteren Zukunft.

## Das Schicksal in die Hand nehmen

Mit den Produkten von Nervoregin® können Sie auf natürliche Weise Ihr angespanntes Nervensystem unterstützen. Je nachdem, ob Sie schwerpunktmäßig unter nervös bedingten Erschöpfungszuständen und innerer Unruhe oder aber unter Ein- und Durchschlafstörungen leiden, sind die Tabletten bzw. die Tropfen die richtige Wahl für Sie. Auf den folgenden Seiten erfahren Sie mehr darüber, wie Nervoregin® wirkt und welches Produkt die richtige Wahl für Sie ist.

Darüber hinaus kann es helfen, unseren Alltag mit verschiedenen Strategien so zu gestalten, dass wir zu mehr Ruhe, Ausgeglichenheit und besserer Schlafqualität finden. Lesen Sie am Ende der Broschüre, welche Tipps wir für Sie bereithalten und warum das Konzept der Dankbarkeit hilft, den Fokus wieder auf positive Gedanken zu lenken.



# Nervoregin®: Unterstützung für das Nervensystem

Nervoregin® wirkt bei akuten und chronischen Zuständen harmonisierend auf das Nervensystem.

Ausgesuchte Inhaltsstoffe fördern auf natürliche Weise die Entspannung – ganz ohne Neben- und Wechselwirkungen.

## Nervoregin® H Tabletten für den Tag



## Nervoregin® Tropfen für die Nacht

### Für mehr Gelassenheit im Alltag ...

- Reduzieren Nervosität und innere Unruhe
- Lindern Verstimmungs- und Erschöpfungszustände
- Unterstützen bei Überforderung

### ... und eine erholsame Nachtruhe

- Lindern Schlafstörungen und Einschlafschwierigkeiten
- Fördern einen gesunden Schlaf-Wach-Rhythmus
- Unterstützen ohne Hangover-Effekt



Ab dem 1. Lebensstag



Ab 12 Jahren



## Heilkraft aus der Natur mit bewährten Inhaltsstoffen

Die bewährten Wirkstoffkombinationen sind natürlich wirksam, machen nicht abhängig und schränken die Konzentration nicht ein.

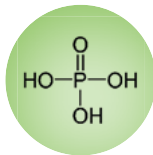
Aufgrund der leicht unterschiedlichen Zusammensetzung können Sie das richtige Produkt für Ihren individuellen Bedarf aussuchen.

### Nervoregin® H Tabletten für den Tag



### Nervoregin® Tropfen für die Nacht

#### In beiden Produkten enthalten:



#### Phosphorsäure

Ist in der Homöopathie häufig das Mittel der ersten Wahl bei beginnenden Erschöpfungszuständen – körperlich und geistig



#### Hafer

Unterstützt bei Erschöpfung, Schlafstörungen und Überforderung



#### Passionsblume

Beruhigt bei Unruhezuständen und fördert einen gesunden Schlaf

#### Zusätzlich in den Tabletten enthalten:

#### Johanniskraut

Wird eingesetzt bei Verstimmungszuständen; bewährt bei innerer Anspannung



#### Scheinmyrte

Lindert nervöse Störungen und Verstimmungszustände; findet Anwendung bei überreiztem und sehr empfindlichen Nervensystem



#### Zusätzlich in den Tropfen enthalten:

#### Hopfen

Hilft bei Nervosität und Schlafstörungen; mit schlaffördernder Wirkung



## Nervoregin®: Dosierung und Anwendung

Die Einnahme von Nervoregin® ist ganz einfach. Aufgrund der guten Verträglichkeit können Sie Nervoregin® ohne weiteres auch über einen längeren Zeitraum einnehmen.

Sie erhalten Nervoregin® rezeptfrei in jeder Apotheke. Falls Ihre Apotheke Nervoregin® nicht vorrätig hat, wird es bestellt und steht innerhalb weniger Stunden zur Abholung bereit.

### Nervoregin® H Tabletten für den Tag



### Nervoregin® Tropfen für die Nacht

#### **P** Dosierung (ab 12 Jahren)\*

Bei akuten Zuständen: bis zu 6x täglich je 1 Tablette  
Bei chronischen Verläufen: 1–3x täglich je 1 Tablette

#### **W** Dosierung (ab 12 Jahren)

Bei akuten Zuständen: bis zu 6x täglich je 5 Tropfen  
Bei chronischen Verläufen: 1–3x täglich je 5 Tropfen



Ab dem 1. Lebensstag

Packungsgröße	PZN
100 Tabletten	01315906
200 Tabletten	05553784



Ab 12 Jahren

Packungsgröße	PZN
50 ml	03811006
100 ml	03811704

## Nervoregin®: die richtige Wahl für Sie

Mit den Produkten von Nervoregin® können Sie ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse eingehen. Je nach Beschwerdebild kann auch die kombinierte Einnahme von Tabletten und Tropfen sinnvoll sein.

**Sie leiden tagsüber an innerer Unruhe und Nervosität? Fällt es Ihnen in der Folge auch schwer, abends/nachts zur Ruhe zu kommen?**



In diesem Fall sind **Nervoregin® H Tabletten** die richtige Wahl für Sie. Die Tabletten sind besonders geeignet für Menschen, die tagsüber unter einer allgemeinen Unruheproblematik und Erschöpfung leiden.

Die spezielle Wirkstoffkombination wirkt beruhigend und ausgleichend am Tag und hilft Ihnen dadurch auch, abends zur Ruhe zu kommen.



Wenn Sie unsicher sind, ob Sie hauptsächlich unter innerer Unruhe oder Schlafstörungen leiden, können Ihnen unsere Selbsttests helfen: [www.nervoregin.de/selbsttests](http://www.nervoregin.de/selbsttests)



**Leiden Sie hauptsächlich unter Ein- oder Durchschlafstörungen? Fühlen Sie sich als Folge am nächsten Tag erschöpft?**



In diesem Fall sind **Nervoregin® Tropfen** die richtige Wahl für Sie. Die Tropfen sind besonders geeignet für Menschen, die unter Ein- und Durchschlafstörungen leiden, weil sie abends bzw. nachts nicht zur Ruhe kommen.

Die spezielle Wirkstoffkombination beruhigt und wirkt schlaffördernd. So fühlen Sie sich auch am Tag ausgeruhter und entspannter.



## Erfahrungen mit Nervoregin®

Nervoregin® hat sich bei innerer Unruhe, Erschöpfung und Schlafstörungen bewährt. In Interviews berichten ganz unterschiedliche Frauen von ihrem persönlichen Leidensdruck und wie ihnen Nervoregin® konkret geholfen hat.

**Kathi, 35,  
Kita-Chefin**



„Ich hatte schon Angst, dass ich nie mehr richtig schlafen kann. Ich habe etwas gesucht, was mich sanft in den Schlaf bringt und was den Druck abfallen lässt. Nervoregin® hilft mir sehr, es lässt mich abends besser einschlafen und ich fühle mich damit fit und total erleichtert. Am frühen Morgen wach zu sein, nicht mehr müde zu sein – das ist schon echt toll.“

**Miriam, 41,  
Marketingmanagerin**



„Was mir sehr gut an Nervoregin® gefällt, ist, dass es eine sanfte Unterstützung ist. Das hilft mir tagsüber runterzukommen und nachts durchzuschlafen. Was ich toll finde, ist, dass ich es dosieren kann, so wie ich es brauche. Es gibt Tabletten und Tropfen und je nachdem wie intensiv die Unruhezustände oder meine Schlafprobleme sind, kann ich es entweder kombinieren oder ich kann es auch einzeln nehmen. Und es gibt mir ein gutes Gefühl, etwas zu haben, was mich unterstützt. Völlig ohne Chemie, ohne Nebenwirkungen.“

**Brenda, 47,  
Flugbegleiterin**



„Ich habe etwas gesucht, was mich mehr unterstützt, meine innere Unruhe auszugleichen. Ich nehme jetzt Nervoregin®. Das hilft mir, meinen Fokus zu finden, es hilft mir einzuschlafen, es nimmt mir diese innere Unruhe. Das gibt mir Stabilität und das hilft mir einfach dabei, organisiert durch den Tag zu gehen und entspannter aufzuwachen, die Kraft für den Tag zu finden.“

**Martina, 63,  
Leiterin einer Geschäftsstelle**



„Meine Freundin hat mir Nervoregin® empfohlen. Wenn ich stressige Phasen habe, gerade im Job und bei der Pflege meiner Eltern, dann unterstützt mich das sehr, dass ich Nervoregin® nehme. Es macht mich ausgeglichener, ich bin entspannter und das tut sehr gut, um wieder konzentriert zu arbeiten. Das ist ein Präparat ohne Nebenwirkungen, man ist wirklich nicht down. Also man hat auch nicht irgendwo einen Hangover-Effekt. Es ist unterstützend, es ist stabilisierend. Ich habe einen ganz anderen Elan und das ist was Wunderbares.“

Die wichtigsten Statements lesen Sie hier. Schauen Sie gerne auch die ausführlichen Interviews an – Sie werden sehen, Sie sind mit Ihren Beschwerden nicht allein.

[www.nervoregin.de/interviews](http://www.nervoregin.de/interviews)



## Mit Dankbarkeit zu mehr Lebensqualität

Gerade in einem Zustand der inneren Anspannung und Erschöpfung kann es schwer sein, sich an den kleinen Dingen im Alltag zu erfreuen. Doch das Leben bietet oft auch Schönes und es schenkt uns viel, für das wir dankbar sein können. Wer sich täglich vor Augen hält, wofür er in seinem Leben dankbar ist, profitiert psychisch und physisch. Denn die Forschung zeigt: Dankbarkeit führt zu mehr Ruhe, Ausgeglichenheit und besserer Schlafqualität.

### Das Nervoregin® Dankbarkeitstagebuch: Fokus auf das Gute in Ihrem Leben

Ein Dankbarkeitstagebuch kann ein beruhigendes, aber kraftvolles Ritual sein, das Ihnen hilft, Alltägliches bewusster und vor allem positiver zu erleben. Indem Sie sich regelmäßig notieren, wofür Sie dankbar sind, verlagern Sie Ihre Aufmerksamkeit von negativen hin zu positiven Gedanken.



Diese kleine, aber wirkungsvolle Gewohnheit kann viel bewirken, um aus dem Teufelskreis von innerer Unruhe und Schlafstörungen auszubrechen. Daher möchten wir Sie ermutigen: Entdecken Sie dieses Ritual für sich!

### Dankbarkeit im Alltag: Einfach anfangen – mit unseren Vorlagen

Unsere Downloadvorlage ist der perfekte Start, um mit der Praxis der Dankbarkeit zu beginnen.

Sie hilft Ihnen, das Konzept ohne großen Aufwand in Ihren Alltag zu integrieren: **Täglich notieren Sie drei Dinge, für die Sie dankbar sind; zusätzlich gibt es die Möglichkeit zur wöchentlichen Reflexion.**

Im ausführlichen **Nervoregin® Dankbarkeitstagebuch** können Sie über einen Zeitraum von 52 Wochen dokumentieren, wofür Sie dankbar sind. Dazu enthält das Buch viele weitere Informationen zu den Themen Dankbarkeit, Entspannung und Nervoregin®.



**Mehr zum Thema Dankbarkeit und die Vorlagen zum Download finden Sie hier:**  
[www.nervoregin.de/dankbarkeit](http://www.nervoregin.de/dankbarkeit)



## Kleine Tipps mit großer Wirkung

Das Konzept der Dankbarkeit und die natürliche Wirkung von Nervoregin® sind ein guter Weg, um zurückzufinden zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Zusätzlich möchten wir Ihnen weitere Anregungen mit auf den Weg geben, wie Sie Stress und Anspannung reduzieren können. Wichtig ist es, den Alltag möglichst den eigenen Bedürfnissen entsprechend zu gestalten und immer auch kleine Zeiteinseln „nur für sich“ einzuplanen.



Bewegen Sie sich regelmäßig und genießen Sie abwechslungsreiche, gesunde Kost.



Suchen Sie sich eine Entspannungstechnik, die zu Ihnen passt, z. B. Meditation, progressive Muskelentspannung, Atemübungen etc.



Bauen Sie gesunde Rituale in den Tagesverlauf ein: Trinken Sie z. B. abends „Goldene Milch“ (Milch mit Kurkuma, ayurvedische Medizin) oder eine Tasse „Heiße 7“ (10 Tbl. Schüßler-Salz Nr. 7, aufgelöst in 200 ml heißem Wasser)



Machen Sie sich schlau zum Thema „Positive Psychologie“. Diese populäre Wissenschaft gibt Anleitungen für ein gutes, erfülltes Leben.



**Tipp:** Nutzen Sie den umfangreichen Ratgeber-Bereich auf [www.nervoregin.de/ratgeber](http://www.nervoregin.de/ratgeber)

## Atemübung: Die 4-7-8-Methode Hilft bei Schlafstörungen

Wenn Sie abends mal wieder keine optimale Schlafposition finden, nicht zur Ruhe kommen oder Stress, Sorgen und andere Alltagsprobleme Sie am Einschlafen hindern, können Sie mit der 4-7-8-Atemtechnik schnell und einfach zu innerer Ruhe und tiefer Entspannung finden.

Wenden Sie diese Übung abends in einer bequemen Liegeposition im Bett an und genießen Sie anschließend eine erholsame Nachtruhe.

**So funktioniert:**

1

Atmen Sie tief durch die Nase ein und zählen Sie dabei bis 4.

2

Nun den Atem für 7 Sekunden anhalten.

3

Legen Sie die Zungenspitze an den Gaumen und atmen Sie weitere 8 Sekunden langsam durch den leicht geöffneten Mund aus.



Wiederholen Sie diesen Atemvorgang 4-mal.

Weitere Übungen finden Sie auf [www.nervoregin.de/downloads](http://www.nervoregin.de/downloads)



# Wir sind gerne für Sie da!

Bei Fragen zu Nervoregin® hilft Ihnen unsere medizinische Fachberatung.

## Hiltrud Brandt

Heilpraktikerin  
Chiropraktikerin  
Pharmazeutisch-  
technische Assistentin




## Karin Hellenkemper

Heilpraktikerin  
Homöopathin  
Chiropraktikerin DO.CN



Montags bis donnerstags von 10.00 bis 12.00 Uhr und von 14.00 bis 16.00 Uhr sowie freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr unter




 +49 5242 9472-130

 medinfo@pflueger.de

 Chatten Sie mit uns auf [www.pflueger.de](http://www.pflueger.de)

#dankbarsein

## Mehr Informationen auf [www.nervoregin.de](http://www.nervoregin.de)

und auf:  Pflüger  pflueger\_arzneimittel  pfluegerde

**Nervoregin® H Tabletten** - Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: Wirkstoffe: Acidum phosphoricum Dil. D 1 0,16 mg, Anamirta cocculus Trit. D 3 10,0 mg, Avena sativa Urt. 20,0 mg, Hypericum perforatum Trit. D 1 10,0 mg, Passiflora incarnata Urt. 10,0 mg. Sonstige Bestandteile: Calciumbehenat (DAB), Kartoffelstärke, Lactose-Monohydrat. Das Anwendungsgebiet leitet sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: nervös bedingte Erschöpfungszustände. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen Hafer; bei Lichtüberempfindlichkeit kann es in seltenen Fällen zu Hautreaktionen kommen. Nebenwirkungen: keine bekannt. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten.

**Nervoregin® Tropfen** - Zusammensetzung: 10 g (= 10,7 ml) enthalten: Wirkstoffe: Acidum phosphoricum Dil. D 4 3,0 g, Avena sativa Urt. 3,0 g, Humulus lupulus Urt. 1,0 g, Passiflora incarnata Dil. D 2 3,0 g. Bestandteile 1 und 4 über die letzte Stufe gemeinsam potenziert. Das Anwendungsgebiet leitet sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehört: Zur Besserung von Schlafstörungen bei nervöser Erschöpfung. Gegenanzeigen/Nebenwirkungen: keine bekannt. Enthält 52 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Homöopathisches Laboratorium  
Alexander Pflüger GmbH & Co. KG  
Röntgenstr. 4 | 33378 Rheda-Wiedenbrück  
[info@pflueger.de](mailto:info@pflueger.de) | [www.pflueger.de](http://www.pflueger.de)

**PFLÜGER**  
SCHÜBLER-SALZE  
HOMÖOPATHIE