

ADAPTEN-ALL



USAGE RECOMMANDÉ

- Utilisé en phytothérapie pour aider à améliorer le rendement mental et/ou physique suite à des périodes d'efforts mentaux et/ou physiques.
- Utilisé en phytothérapie comme tonique en cas d'affaiblissement généralisé et/ou comme aide durant la convalescence.
- Source d'antioxydants qui diminue les effets indésirables des radicaux libres sur les fonctions physiologiques normales.
- Aide au métabolisme de l'énergie et à la formation des tissus, à maintenir la capacité du corps à métaboliser les nutriments, et à la formation des globules rouges.
- Aide à prévenir des carences en vitamine B6, en vitamine B12 et en acide pantothénique.

SOUTIEN COGNITIF

Adapten-All contient un mélange de micronutriments clés et de botaniques, spécialement formulé pour soutenir le métabolisme sain de l'énergie, pour soulager le manque de vitalité, et pour améliorer le rendement mental et/ou physique après un épuisement. De plus, le mélange de botaniques d'Adapten-All épaula la résistance du corps à la fatigue, tout en étant une source d'antioxydants qui diminue les effets indésirables des radicaux libres sur les fonctions physiologiques normales.

Aperçu

La fatigue est un état psychobiologique causé par de longues périodes d'effort et d'activité exigeante.¹ La fatigue peut être soit de nature physique ou mentale et peut nuire au rendement.¹ Au sens médical, la convalescence est définie comme étant la période qui fait suite à une maladie, au cours de laquelle le sujet se rétablit progressivement pour atteindre une guérison complète, et elle se caractérise par le retour progressif de la santé et de la force après une longue période d'affaiblissement, due à la maladie.² Les espèces réactives de l'oxygène et d'autres radicaux libres peuvent provoquer un stress oxydatif, endommager les cellules, et sont associées à une panoplie de maladies humaines.³ Adapten-All fournit un mélange unique de botaniques et de micronutriments qui soutient le métabolisme sain de l'énergie, peut aider à améliorer le rendement mental et/ou physique après des périodes d'effort mental et physique, aider à atténuer la fatigue et l'affaiblissement durant une convalescence, et fournir des antioxydants pour une protection contre les dommages oxydatifs.

Extrait de racine de Rhodiola rosea

La Rhodiola rosea est une source d'antioxydants qui aide à réduire la quantité de radicaux libres dommageables dans le corps. Les radicaux libres sont des sous-produits toxiques du métabolisme de l'oxygène et la cause des dommages oxydatifs dans les cellules.⁴

Extrait de racine d'éléuthéro

L'Eleutherococcus senticosus est utilisé en phytothérapie occidentale pour des cas tels que la fatigue passagère et la débilité en général. En outre, selon la phytothérapie occidentale, on le reconnaît à son rôle pour aider à améliorer le rendement après l'effort.^{7,8,9,10}

Extrait de racine de réglisse

La racine de réglisse (*Glycyrrhiza uralensis*) est utilisée traditionnellement en phytothérapie en raison des nombreux rôles de soutien de son principe actif, la glycyrrhizine.

Mélange de micronutriments

Adapten-All contient une combinaison de micronutriments qui sont cruciaux au métabolisme de l'énergie. L'acide pantothénique (vitamine B5) se dégrade dans le corps en coenzyme A qui joue un rôle important dans la production de l'énergie (ATP). La vitamine B6 est un cofacteur requis dans les réactions enzymatiques du métabolisme et essentielle à la synthèse de nouveaux tissus et à la capacité du corps à absorber la vitamine B12. La vitamine B12 (le méthylcobalamine), également un cofacteur pour les réactions

métaboliques, est importante dans la formation et la santé des globules rouges responsables de la livraison de l'oxygène qui est primordiale pour la récupération du corps après l'effort. De légères carences dans ces vitamines sont liées à une faiblesse musculaire, à la fatigue, aux étourdissements ou sensations ébrieuses, et à des capacités mentales affaiblies. La vitamine C ne peut être synthétisée par le corps humain et est donc un nutriment essentiel qui doit provenir de l'alimentation. Parmi ses nombreuses propriétés salutaires, la vitamine C aide à la guérison des plaies, à la formation des tissus conjonctifs, et au développement et au maintien des os, des cartilages, des dents et des gencives, tout en étant un antioxydant pour le maintien d'une bonne santé.

Dose recommandée

Adultes: Prendre une capsule par jour ou selon l'avis d'un praticien de soins de santé. Prendre quelques heures avant ou après la prise de médicaments ou de produits de santé naturels. Ne pas prendre immédiatement avant le coucher. Consulter un praticien de soins de santé pour un usage de plus d'un mois.

Ingrédients médicinaux (par capsule)

Bétacarotène	150 mcg (250 UI)
Vitamine C (ascorbate de sodium) (USP)	100 mg
Vitamine E (succinate acide de d-alpha tocophéryle) (USP)	6,7 mg AT (10 UI)
Niacine (acide nicotinique) (USP)	10 mg
Vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine, pyridoxal-5'-phosphate) (USP)	15 mg
Vitamine B12 (méthylcobalamine)	100 mcg
Acide pantothénique (D-pantothénate de calcium) (USP)	175 mg
Éleuthéro (<i>Eleutherococcus senticosus</i> , racine) extrait	75 mg (47,5:1, QBE 3562,5 mg)
Rhodiola (<i>Rhodiola rosea</i> , racine) extrait	75 mg (3% de rosavines, 5:1, QBE 375 g)
Schisandra (<i>Schisandra chinensis</i> , fruit) extrait	75 mg (10:1, QBE 750 mg)
Ashwagandha (<i>Withania somnifera</i> , racine) extrait	37,5 mg (15:1, QBE 562,5 mg)
Réglisse chinoise (<i>Glycyrrhiza uralensis</i> , racine) extrait	37,5 mg (12% de glycyrrhizine, 12:1, QBE 450 mg)

Ingrédients non médicinaux

Hypromellose, stéarate de magnésium.

Mention de risques

Consulter un praticien de soins de santé si les symptômes persistent ou s'aggravent; et/ou avant d'en faire l'usage si vous êtes allaitante; si vous souffrez d'une maladie du foie ou de tout type d'infection aiguë; si vous prenez des antidépresseurs ou des contraceptifs oraux; et/ou si vous suivez une hormonothérapie de remplacement. Cesser l'utilisation si vous manifestez de l'irritabilité ou de l'insomnie. Les personnes sensibles à l'acide nicotinique pourraient manifester des rougeurs sur la peau habituellement légères et passagères. La consommation de ce produit en combinaison avec l'alcool, des médicaments ou d'autres produits de santé naturels ayant des effets sédatifs est

déconseillée. Ne pas utiliser ce produit si vous êtes enceinte; si vous prenez des diurétiques thiazidiques, des glucosides cardiotoniques, des corticostéroïdes, des laxatifs stimulants ou tout autre médicament pouvant aggraver le déséquilibre des niveaux d'électrolytes; ou si vous souffrez d'hypokaliémie, d'hypertension ou d'un trouble rénal ou cardiovasculaire, et/ou d'un trouble bipolaire ou d'un trouble du spectre bipolaire.

Ranger dans un contenant étanche à l'air et à l'abri de la lumière.

Afin d'être certain que ce produit vous convient, veuillez toujours lire et suivre le libellé de l'étiquette.

Références:

1. Van Cutsem J, Marcora S, De Pauw K, Bailey S, Meeusen R, Roelands B. The Effects of Mental Fatigue on Physical Performance: A Systematic Review. *Sports Med.* 2017.
2. Merriam Webster. "Convalescence". <https://www.merriam-webster.com/medical/convalescence>. Accessed on 20170125.
3. Aruoma, Okezie I. "Free radicals, oxidative stress, and antioxidants in human health and disease." *Journal of the American oil chemists' society* 75.2 (1998): 199-212
4. Parisi A, Tranchita E, Duranti G, Ciminelli E, Quaranta I, Ceci R, Cerulli C, Borriore P, Sabatini S. Effects of chronic *Rhodiola rosea* supplementation on sport performance and antioxidant capacity in trained male: preliminary results. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 2010;50:57-63.
5. Antioxidant effects of *Cinnamomi cassiae* and *Rhodiola rosea* extracts in liver of diabetic mice. *Biofactors* 2006;26(3): 209-219
6. Skarpanska-Stejnborn A, Pilaczynska-Szczesniak L, Basta P, Deskur-Smielecka E. The influence of supplementation with *Rhodiola rosea* L. extract on selected redox parameters in professional rowers. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism* 2009; 19(2): 186-199.
7. Mills S, Bone K. 2000. *Principles and Practice of Phytotherapy*. Toronto (ON): Churchill Livingstone.
8. Bradley PR, editor. *British Herbal Compendium: A Handbook of Scientific Information on Widely Used Plant Drugs*, Volume 2. Bournemouth (UK): British Herbal Medicine Association; 2006.

9. ESCOP 2003: ESCOP Monographs: The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products, 2nd edition. Exeter (UK): European Scientific Cooperative on Phytotherapy and Thieme; 2003.
10. Blumenthal M, Goldberg A, Brinckmann J, editors. Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs. Boston (MA): Integrative Medicine Communications; 2000.
11. Hoffmann D. 2003. Medical Herbalism: The Science and Practice of Herbal Medicine. Rochester (VT): Healing Arts Press.
12. Panossian, AG, Oganessian AS, et al. Effects of heavy physical exercise and adaptogens on nitric oxide content in human saliva. *Phytomedicine*. 1999; 6(1):17-26.
13. Akamatsu H, Komura J, Asada Y, Niwa Y. Mechanism of anti-inflammatory action of glycyrrhizin: effect on neutrophil functions including reactive oxygen species generation. *Planta Med* 1991;57(2):119-121.
14. Ahmad MK, Mahdi AA, Shukla KK, Islam N, Rajender S, Madhukar D, Shankhwar SN, Ahmad S. *Withania somnifera* improves semen quality by regulating reproductive hormone levels and oxidative stress in seminal plasma of infertile males. *Fertil Steril*. 2010 Aug;94(3):989-96.

ADAPTEN-ALL



RECOMMENDED USE

- Used in Herbal Medicine to help improve mental and/or physical performance after periods of mental and/or physical exertion.
- Used in Herbal Medicine as a tonic to help relieve general debility and/or to aid during convalescence.
- Source of antioxidants that decrease the adverse effects of free radicals on normal physiological functions.
- Helps in energy metabolism and tissue formation, to maintain the body's ability to metabolize nutrients, and to form red blood cells.
- Helps to prevent vitamin B6 deficiency, vitamin B12 deficiency, and pantothenic acid deficiency.

COGNITIVE SUPPORT

Adapten-All contains blend of key micronutrients and botanicals specifically formulated to support healthy energy metabolism, relieve weakness, and after exertion, improve mental and/or physical performance. Adapten-All also provides a blend of botanicals that supports the body's resistance to fatigue as well as being a source of antioxidants that decreases the adverse effects of free radicals on normal physiological functions.

Overview

Fatigue is a psychobiological state caused by prolonged periods of demanding activity and exertion.¹ Fatigue can be either mental or physical in nature and can start affecting performance.¹ Convalescence is defined medically as the time between the diminishment of a disease and complete restoration to health and is characterized by the gradual recovery of health and strength after an extended period of weakness due to disease.² Reactive oxygen species and other free radicals can lead to oxidative stress, damaging cells and being associated with a variety of human diseases.³ Adapten-All provides a unique blend of botanicals and micronutrients that support healthy energy metabolism, can help improve mental and/or physical performance after periods of mental and physical exertion, help relieve fatigue and weakness during convalescence, and provide antioxidants to protect against oxidative damage.

Rhodiola rosea Root Extract

Rhodiola rosea is a source of antioxidants which helps to reduce the amount of damaging free radicals within the body.

Free radicals are the toxic byproducts of oxygen metabolism that are the cause of oxidative damage to cells.⁴

Eleuthero Root Extract

Eleutherococcus senticosus is used in Western herbal medicine for indications such as temporary fatigue and general debility. In addition, it has been recognized to help with performance after exertion according to Western herbal medicine.^{7,8,9,10}

Licorice Root Extract

Licorice root (*Glycyrrhiza uralensis*) has been traditionally used in herbal medicine due to the numerous supportive roles of its active ingredient, glycyrrhizin.

Micronutrient Blend

Adapten-All contains a combination of micronutrients that are crucial for energy metabolism. Pantothenic acid (vitamin B5) breaks down in the body into coenzyme A, which plays a large part in energy (ATP) production. Vitamin B6 is a cofactor of enzymatic reactions for metabolism and critical in the synthesis of new tissue and the body's ability to absorb vitamin B12. Vitamin B12 (methylcobalamin), also a cofactor of reactions for metabolism, is important for the formation and health of red blood cells responsible for oxygen delivery essential for recovery after exertion of the body. Mild deficiencies of these vitamins are linked to muscle weakness, tiredness, lightheadedness, and poor mental performance. Vitamin C cannot be synthesized by humans and is therefore an essential nutrient that must be consumed in the diet. Among its numerous health-promoting properties, vitamin C

helps in wound healing, connective tissue formation and the development and maintenance of bones, cartilage, teeth and gums as well as serves as an antioxidant for the maintenance of good health.

Recommended Dose

Adults: Take 1 capsule per day, with food, or as recommended by your health care professional. Take a few hours before or after taking other medications or natural health products. Not to be taken immediately before bedtime. Consult a health care practitioner for use beyond 1 month.

Medicinal Ingredients (per capsule)

Beta-carotene.....	150 mcg (250 IU)
Vitamin C (Sodium ascorbate USP).....	100 mg
Vitamin E (d-alpha Tocopheryl acid succinate) (USP).....	6.7 mg AT (10 IU)
Niacin (Nicotinic acid) (USP).....	10 mg
Vitamin B6 (Pyridoxine hydrochloride, Pyridoxal 5'-phosphate) (USP).....	15 mg
Vitamin B12 (Methylcobalamin).....	100 mcg
Pantothenic acid (Calcium D-pantothenate) (USP).....	175 mg
Eleuthero (<i>Eleutherococcus senticosus</i> , Root) extract.....	75 mg (47.5:1, QCE 3562.5 mg)
Rhodiola (<i>Rhodiola rosea</i> , Root) extract.....	75 mg (3% Rosavins, 5:1, QCE 375 mg)
Schisandra (<i>Schisandra chinensis</i> , Fruit) extract.....	75 mg (10:1, QCE 750 mg)
Ashwagandha (<i>Withania somnifera</i> , Root) extract.....	37.5 mg (15:1, QCE 562.5 mg)
Chinese licorice (<i>Glycyrrhiza uralensis</i> , Root) extract.....	37.5 mg (12% Glycyrrhizin, 12:1, QCE 450 mg)

Non-Medicinal Ingredients

Hypromellose, Magnesium stearate.

Risk Information

Consult a health care practitioner if symptoms persist or worsen; and/or prior to use if you are breastfeeding, if you have any type of acute infection, if you have a liver disorder, are taking antidepressant medication and/or are taking hormone replacement therapy (HRT) or birth control pills. Discontinue use if you experience irritability or insomnia. People sensitive to nicotinic acid may experience flushing of the skin that is generally mild and transient. Consumption with alcohol, other drugs or natural health products with sedative properties is not recommended. Do not use this product if you are pregnant, have hypokalemia, high blood pressure, a kidney or cardiovascular disorder and/or bipolar disorder or bipolar spectrum disorder and/or if you are taking thiazide diuretics, cardiac glycosides, corticosteroids, stimulant laxatives or other medications which may aggravate electrolyte imbalance.

Store in airtight container, protected from light.

To be sure this product is right for you, always read and follow the label.

References:

1. Van Cutsem J, Marcora S, De Pauw K, Bailey S, Meeusen R, Roelands B. The Effects of Mental Fatigue on Physical Performance: A Systematic Review. *Sports Med.* 2017.
2. Merriam Webster. "Convalescence". <https://www.merriam-webster.com/medical/convalescence>. Accessed on 20170125.
3. Aruoma, Okezie I. "Free radicals, oxidative stress, and antioxidants in human health and disease." *Journal of the American oil chemists' society* 75.2 (1998): 199-212
4. Parisi A, Tranchita E, Duranti G, Ciminelli E, Quaranta I, Ceci R, Cerulli C, Borrione P, Sabatini S. Effects of chronic *Rhodiola rosea* supplementation on sport performance and antioxidant capacity in trained male: preliminary results. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness* 2010;50:57-63.
5. Antioxidant effects of *Cinnamomi cassiae* and *Rhodiola rosea* extracts in liver of diabetic mice. *Biofactors* 2006;26(3): 209-219
6. Skarpanska-Stejnborn A, Pilaczynska-Szczesniak L, Basta P, Deskur-Smielecka E. The influence of supplementation with *Rhodiola rosea* L. extract on selected redox parameters in professional rowers. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism* 2009; 19(2): 186-199.
7. Mills S, Bone K. 2000. *Principles and Practice of Phytotherapy*. Toronto (ON): Churchill Livingstone.
8. Bradley PR, editor. *British Herbal Compendium: A Handbook of Scientific Information on Widely Used Plant Drugs, Volume 2*. Bournemouth (UK): British Herbal Medicine Association; 2006.
9. ESCOP 2003: *ESCOP Monographs: The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products*, 2nd edition. Exeter (UK): European Scientific Cooperative on Phytotherapy and Thieme; 2003.
10. Blumenthal M, Goldberg A, Brinckmann J, editors. *Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs*. Boston (MA): Integrative Medicine Communications; 2000.

11. Hoffmann D. 2003. Medical Herbalism: The Science and Practice of Herbal Medicine. Rochester (VT): Healing Arts Press.
12. Panossian, AG, Oganessian AS, et al. Effects of heavy physical exercise and adaptogens on nitric oxide content in human saliva. Phytomedicine. 1999; 6(1):17-26.
13. Akamatsu H, Komura J, Asada Y, Niwa Y. Mechanism of anti-inflammatory action of glycyrrhizin: effect on neutrophil functions including reactive oxygen species generation. Planta Med 1991;57(2):119-121.
14. Ahmad MK, Mahdi AA, Shukla KK, Islam N, Rajender S, Madhukar D, Shankhwar SN, Ahmad S. Withania somnifera improves semen quality by regulating reproductive hormone levels and oxidative stress in seminal plasma of infertile males. Fertil Steril. 2010 Aug;94(3):989-96.