

Adrenalin: schwankender und niedriger Blutdruck, Herzrasen in Ruhe, hohes Herzschlagvolumen, geringe Libido (aber Orgasmus schnell auslösbar), Extrasystolen, Zysten, schnell im Unterzucker, Kribbeln in den Extremitäten, Schwindel, Konzentrationsstörungen, Gewichtsabnahme, Bewegungsdrang, geringe Hauttemperatur, erhöhte Körperkerntemperatur, starke Reflexe, motiviert, lösungsorientiert, geringe Stressresistenz, morgens müde, wenn es noch dunkel ist, Ständig auf Hochtouren laufen, der Schalter ist entweder an oder aus, Panikattacken, schlechte räumliche Orientierung, schlechtes Zahlen Gedächtnis, schlechtes Kurzzeitgedächtnis, gutes Langzeitgedächtnis, schlechtes logisches Denken, schlechte Impulskontrolle (z.B. gefährliches von ungefährlichem schwer zu unterscheiden, Realitätsverlust), schnelles Handeln, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Histaminintoleranz (welche sich in Herzkreislaufbeschwerden äußern), Appetitsverlust, Sodbrennen, Durchfall und Verstopfung im Wechsel, Blähungen, Völlegefühl, Übelkeit, Fieber bei Infekten, verspannte Muskulatur, Innenwelt stark wahrnehmen, Osteoporose, Schlafstörungen, gute Wundheilung, Kaffeeunverträglichkeiten, Alkoholunverträglichkeiten, verschwommenes Sehen, Sprinten besser als Ausdauer, eher virale Infekte als bakterielle (Krank v.a. im Urlaub), brauchen regelmäßige Mahlzeiten, brauchen viel Schlaf, Atemfrequenz gering aber tiefe Atmung, trockene Augen.

Cortisol: Diabetes Typ2, Gewichtserhöhung, schnelle Faltenbildung / Alterung, hoher Blutdruck, Depressionen, innere Unruhe, Kribbeln in den Extremitäten, Schwindel, Konzentrationsstörungen, Müdigkeit, geringe Herzfrequenz in Ruhe, aber erhöhte Herzfrequenz bei Belastung, erhöhte Schleimbildung, erhöhte Libido (Orgasmus aber schwer auslösbar), unfruchtbar, Zysten, Adipositas, schlechte Wundheilung, Fettleber und Fetteinlagerungen vor allen an Bauch und Nacken, chronische Entzündungen, Arteriosklerose, Erhöhter Muskelabbau und Muskelschmerzen, geringer psychischer Antrieb, erhöhter Suchtgefahr, Trauer, geringe Motivation, Panikattacken, Ängste, schlaflos trotz Müdigkeit, brauchen generell aber weniger Schlaf als andere, gutes logisches Denken, gute Impulskontrolle, denken lange genug nach bevor sie handeln, kommen nicht in die Umsetzung, schwache Reflexe, gute Orientierung, gutes Zahlen und Kurzzeitgedächtnis, Schlechtes Langzeitgedächtnis, Gefühle der Leere, Kaffee wird gut vertragen und macht sogar manchmal müde, Histaminintoleranz (welche sich in Beschwerden auf der Haut oder im Darm äußern,) Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Blähungen, gesteigerter Appetit, Sodbrennen, Übelkeit, Magenschmerzen, Magengeschwüre, Stuhlgang mehrmals täglich, Ödeme, Krampfadern, Angina pectoris, Betablocker wirken nicht, Extrasystolen, kommen länger ohne Essen aus, erhöhter Augeninnendruck, seltener Fieber, selten krank aber verschleppen Erkrankungen (wenn krank dann zieht es sich), eher bakterielle Infekte als virale (v.a. im Urlaub), Infekte die auf die Lunge gehen, unreine Haut, Asthma, Arthrose, Arthritis, Venenschwäche, Fibromyalgie, Osteoporose, schlechte Wundheilung, Gicht, brüchige Haare und Nägel, erhöhte und flache Atemfrequenz,

geringere Körpertemperatur, besser in Ausdauer als im Sprinten , grüner Star, grauer Star.