

# Stress auf körperlicher Ebene



**Schwindel**  
**Tinnitus**  
**Ohrendruck**



**Herzklopfen**  
**Herzrasen**



**Brustdruck**  
**Brustenge**  
**Brustschmerz**



**Blutdruck-  
veränderungen**



**Übelkeit**  
**Erbrechen**



**Schwäche**  
**Müdigkeit**  
**Erschöpfung**



**Angstzustände**  
**Panikattacken**



**Zittern**  
**Kribbeln**



**Probleme mit  
Konzentration und  
Gedächtnis**



**Kopfschmerzen**  
**Verspannungen**



**Stimmungs-  
schwankungen**



**Atemnot**  
**Hyperventilation**



**Appetitverlust**



**Durchfälle**  
**Verstopfung**  
**Bauchschmerzen**



**Schlafstörungen**  
**Albträume**



**Schwitzen**