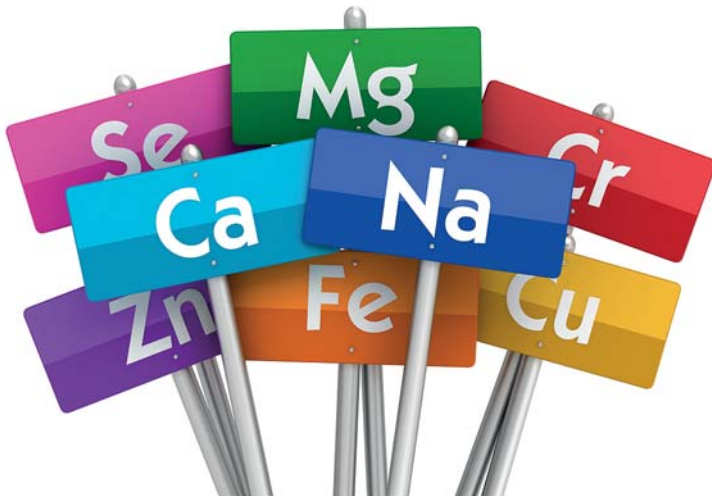


*Weil Ihre Gesundheit  
es Ihnen Wert ist.*

# Mikronährstoffprofil

Anti-Aging und Prävention



Individuelle Labormedizin

## **Für alle Gesundheitsbewussten, die ihren aktuellen Mikronährstoffstatus kennenlernen und ggf. verbessern wollen!**

Eine ausgewogene Ernährung mit soundso vielen Portionen Gemüse und Obst reicht völlig aus!“ Das war bis vor wenigen Jahren die gängige und gebetsmühlenartig wiederholte Lehrmeinung in der Schulmedizin.

Doch Hand aufs Herz: Wer konnte und kann diese Vorgaben denn im Stress und in der Hektik des heutigen Alltags wirklich umsetzen, ganz abgesehen von der Zeit, die man für einen überlegten Einkauf von möglichst regionalen, saisonalen sowie ökologisch und nachhaltig hergestellten Produkten aufwenden muss?

Oft fehlt selbst bei gutem Willen dann auch die notwendige Zeit für die Zubereitung der Mahlzeiten, wie sie z. B. eine konsequente mediterrane Diät mit hochwertigen und nährstoffdichten Lebensmitteln erfordert.

Selbst wenn man das persönlich alles einigermaßen in den Griff bekommt, macht sich dennoch ungünstig bemerkbar, dass der Nährstoffgehalt vieler Lebensmittel, vor allem Vitamine, Mineralien, sekundäre Pflanzenstoffe etc., durch Züchtung und Optimierung auf Volumen, Masse, Farbe usw. im Laufe der Zeit deutlich gesunken ist. Obendrein treten - beispielsweise bedingt durch Erhöhung der Klebereiweiße im Getreide - neue Krankheitssymptome in Form von Nahrungsmittelunverträglichkeiten auf, die sich z. T. epidemieartig ausbreiten.

Unbefriedigend ist darüber hinaus, dass die aktuell für Mineralien und Vitamine angegebenen Labor-Referenzbereiche bis auf wenige Ausnahmen nur den allgemeinen Zustand in der Bevölkerung widerspiegeln. Oft beschreiben sie auch nur die Grenze zu einer gesundheitsgefährdenden Mangelsituation. Zwischen dieser unteren Grenze und einem wünschenswerten und optimalen Konzentrationsbereich liegt allerdings meist ein so großer Unterschied, dass er allein durch diätetische Maßnahmen nur schwer zu korrigieren ist.

All diese Fakten sind in der Orthomolekularmedizin schon lange bekannt und daher existieren von verschiedenen Spezialisten schon seit vielen Jahren Diagnostik- und Therapiekonzepte, um einerseits vorzubeugen und dabei in erster Linie das Immunsystem zu stärken und andererseits bereits bestehende Symptome und Erkrankungen mit durchaus beachtlichen Erfolgen zu behandeln.

Dies alles ist in verschiedenen Fachzeitschriften und Büchern dokumentiert, die sich oft und auch zu Recht in Bestsellerlisten finden lassen.

Die Motivation dahinter ist zum einen, dass die herkömmliche Medizin in vielen Fällen nicht mehr weiterhilft und neue Lösungsansätze insbesondere auch von den betroffenen Patienten selbst gesucht und nachgefragt werden. Dabei finden zunehmend auch Therapieformen aus anderen Kulturkreisen Eingang in die Therapiekonzepte wie z. B. als eine der ersten, die Akupunktur. Zum anderen ist es das seit einigen Jahren auch gesetzlich formulierte Ziel der modernen Medizin, Krankheiten zu verhindern (Prävention) bzw. ein langes, aber vor allem möglichst lang ein gesundes und aktives Leben führen zu können (Anti-Aging).

Mittlerweile gibt es daher eine zunehmende Zahl von Ärzten, die neben der reinen Schulmedizin weitere verschiedene andere Teilbereiche der Medizin in ihren Therapieplan im Sinne einer ganzheitlichen Behandlung integriert haben, wobei die Mikronährstofftherapie eine wesentliche Rolle spielt.

Aufgrund langjähriger Erfahrung, Literaturrecherche, Fortbildungen und Diskussionen mit Spezialisten auf diesem Gebiet, haben wir hier im Labor ein kompaktes Mikronährstoff-Basisprofil für Sie zusammengestellt, das im Prinzip alle wesentlichen Bausteine der Ernährung bzw. Nahrungsergänzung erfasst und natürlich je nach Indikation und Ihrer persönlichen Situation individuell ergänzt werden kann. Damit lässt sich vor Beginn einer Therapie bzw. Lebensstiländerung die Ausgangssituation im Körper bestimmen und dann unter Ernährungsumstellung und ggf. der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln (NEM) ganz gezielt die Veränderung bzw. Optimierung der einzelnen Parameter verfolgen.

Ein Monitoring zur Erfolgskontrolle der therapeutischen Maßnahmen lässt zum einen ein gezieltes Nachsteuern zu, zum anderen vermittelt es gegebenenfalls auch ein positives Feedbacksignal und bestätigt die Wirksamkeit der Therapie.



## Mikronährstoff-Basisprofil:

**hsCRP:** Sensitiver Marker zum Aufspüren minimaler Entzündungs-herde im Körper bei sehr niedrigen Werten, ansonsten Hinweis auf eine meist symptomatische Entzündung oder Infektion.

### Calcium, Magnesium, Kupfer, Selen und Zink im Blut:

Wichtigste Vertreter von Mineralien und Spurenelementen.

**Ferritin:** Gibt Auskunft über Ihre Eisenversorgung bzw. Ihren Eisenspeicher.

**Vit. D-25-OH:** Das Sonnenvitamin oder besser Sonnenhormon mit verschiedensten Wirkungen im ganzen Organismus und nicht nur im Knochen.

### Vit. B12, Folsäure, Homocystein:

Marker für die Gruppe der B-Vitamine, wichtig für z. B. die Blutbildung, aber auch für das allgemeine Wohlbefinden.

**Aminosäuren:** Essenzielle Bausteine des Körpers, nicht nur wichtig für Muskeln, Enzyme und Stoffwechsel, sondern unabdingbar für ein starkes und effektives Immunsystem, denn Antikörper sind Eiweiße, deren Grundgerüst aus eben diesen Aminosäuren besteht.

**Coenzym Q10:** Marker für die Funktionalität der Mitochondrien, der Kraftwerke der Zelle, damit wir uns geistig und körperlich fit und leistungsfähig fühlen. Q10 wirkt daneben auch als Radikalfänger.

### Omega-Fettsäuren im Erythrozyten: Omega-3-Index und Omega-6/-3- Quotient:

Relativ neuer Marker, der Aufschluss über die Entzündungslage in den letzten 2-3 Monaten gibt bzw. die Versorgung der Zellmembranen in den Gefäßen und Nerven widerspiegelt. Wichtig zur Prävention von Atherosklerose und damit letztlich auch von Herzinfarkt und Schlaganfall, aber auch zum Erhalt geistiger Leistungsfähigkeit und Flexibilität. In jüngster Zeit werden Omega-3-Fettsäuren auch zur Prävention und Behandlung bei Long-Covid-Symptomen diskutiert.



**LABOR  
AUGSBURG MVZ**

Ihr Labor - Kompetenz & Service

86154 Augsburg  
August-Wessels-Straße 5  
[www.labor-augsburg-mvz.de](http://www.labor-augsburg-mvz.de)  
[labor@labor-augsburg-mvz.de](mailto:labor@labor-augsburg-mvz.de)  
Telefon 0821 / 4201-0  
Telefax 0821 / 41 79 92