



## Vitalstoff-Analyse

Ein Mensch kann nur gesund sein - sich wohl und vital fühlen - wenn ihm alle notwendigen Mikronährstoffe in ausreichender Menge zur Verfügung stehen. Ein Mangel an Mikronährstoffen kann verschiedene Krankheiten (Osteoporose etc.) verursachen.

Zu den Mikronährstoffen gehören unter anderem Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, lebensnotwendige Amino- und Fettsäuren sowie sekundäre Pflanzenstoffe.

Persönliche Belastungen wie Stress, Umwelteinflüsse, einseitige und unregelmäßige Ernährung, Krankheiten, Dauermedikamenteneinnahme etc. erhöhen den Vitalstoffbedarf.

Die **Vitalstoff-Analyse** ermittelt Ihren **individuellen Vitalstoffbedarf** unter Berücksichtigung von

- Familiengeschichte
- Ernährung
- Genussmittelkonsum
- Beruflicher Aktivität
- Sportlicher Aktivität
- Vorerkrankungen
- Operationen
- Dauermedikation
- Psycho-Mental-Test
- Symptomen/Beschwerden
- Labordiagnostik
- Medizingeräte-Diagnostik
- Blutdruck und Ruhepuls
- Taille-Hüft-Verhältnis

Auf der Grundlage der Vitalstoff-Analyse erhalten Sie **individuelle Vitalstoff-Empfehlungen** zum **Erhalt** und zur **Steigerung**

- **Ihrer Abwehrkräfte**
- **Ihrer körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**
- **Ihrer Gesundheit**