



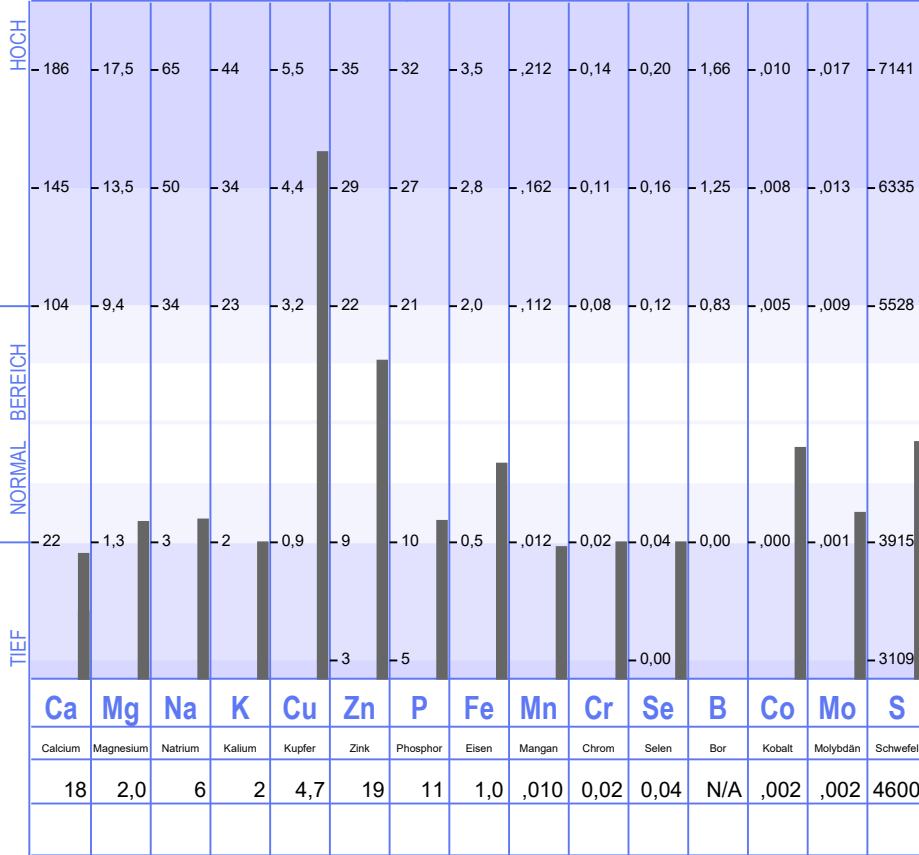
LABOR-NR: 1

PROFIL-NR: 2 PROBENART: KOPFHAUTHAAR

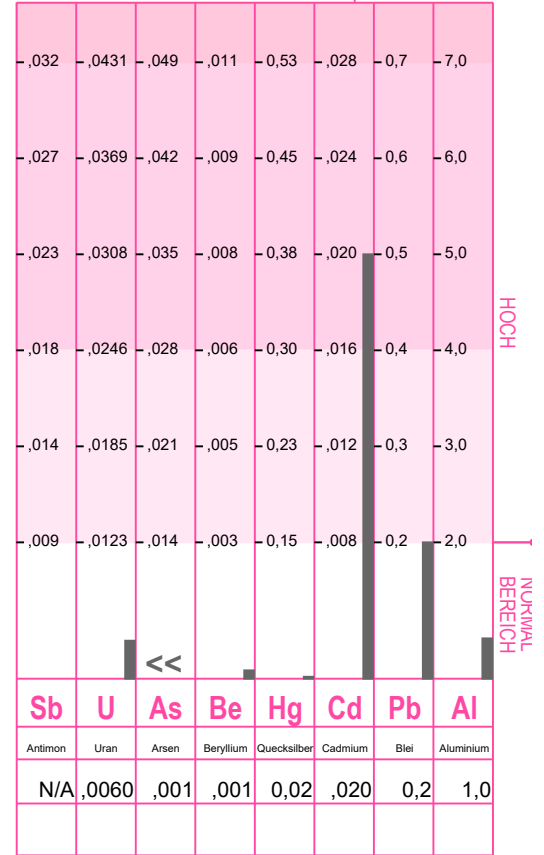
PATIENT: SAMPLE, SUSIE ALTER: 47 GESCHLECHT: STOFFWECHSELTYP: SCHNELL 4

THERAPEUT: WATTS, D. KONTO: 007 DATUM: 05.01.2018

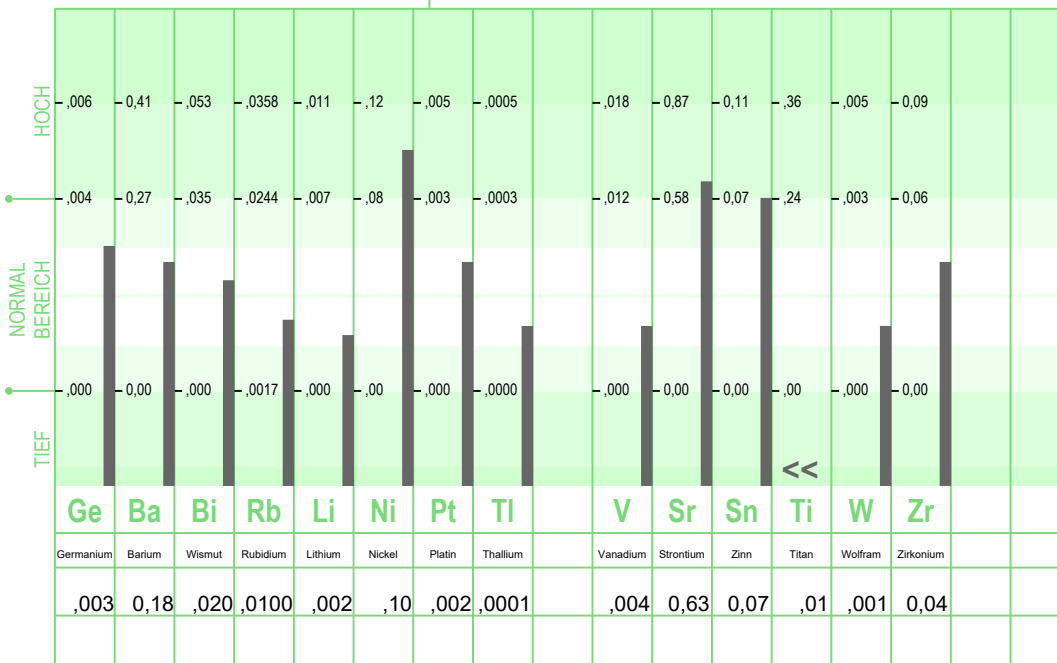
ESSENTIELLE MINERALSTOFFE



TOXISCHE MINERALSTOFFE



ZUSÄTZLICHE MINERALSTOFFE



"<<": Unterhalb Kalibrierung; Angegebener Wert ist Kalibrierungsgrenze

"QNS": Probenmenge nicht ausreichend für Analyse.

"N/A": Augenblicklich keine Angaben.

Alle Mineralstoffgehalte in mg/100 g Probenmaterial.

Die Idealwerte und Interpretationen basieren auf am Hinterkopf genommenen Haarproben.

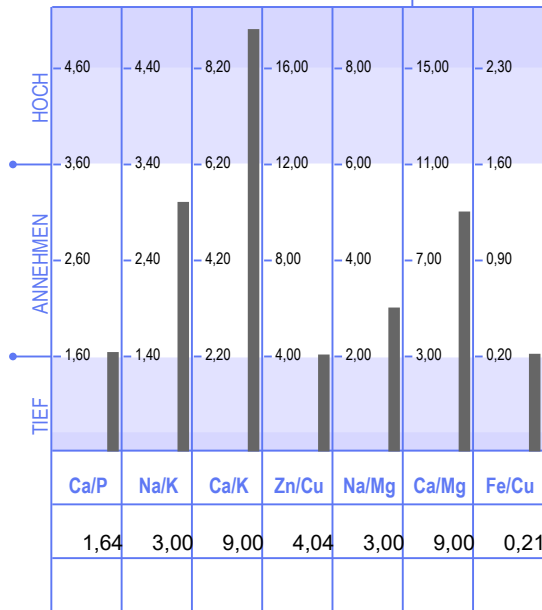
Laborergebnisse erstellt durch: Trace Elements, Inc., ein H.H.S. lizenziertes klinisches Laboratorium Nr. 45D0481787.

05.01.2018

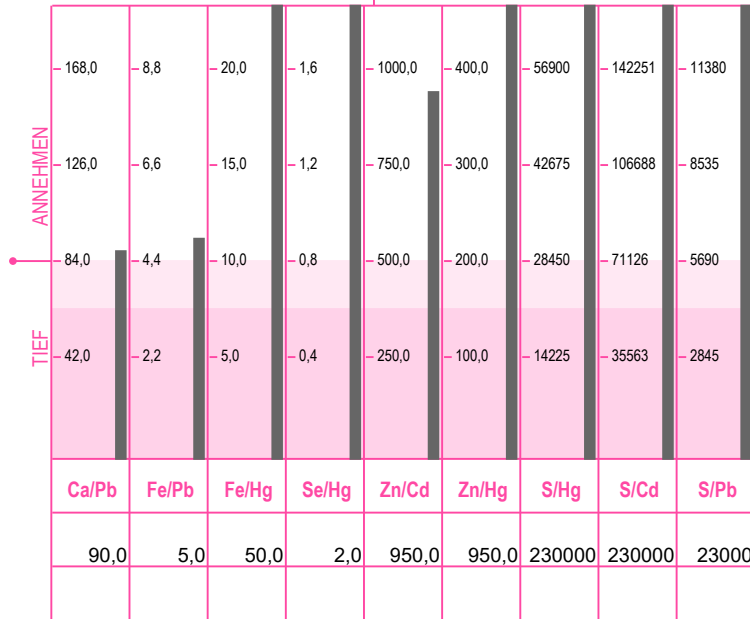
UNTERSUCHUNGSERGEBNIS

VORANGEGANGENE UNTERSUCHUNG

SIGNIFIKANTE VERHÄLTNISSE



TOXISCHE VERHÄLTNISSE



ZUSÄTZLICHE VERHÄLTNISSE

QUOTIENT	BERECHNETE WERTE		OPTIMUM
	Jetzt	Früher	
Ca/Sr	28,6		263/1
Cr/V	5,0		8/1
Cu/Mo	2350,0		356/1
Fe/Co	500,0		615/1
K/Co	1000,0		6350/1
K/Li	1000,0		6350/1
Mg/B	N/A		21/1
S/Cu	978,7		2668/1
Se/Tl	400,0		370/1
Se/Sn	0,6		3,2/1
Zn/Sn	271,4		624/1

MENGEN

Alle Mineralstoffanteile werden in Milligramm-Prozent angegeben (Milligramm pro hundert Gramm Haar). Ein Milligramm-Prozent (mg%) entspricht zehn Teilchen je Million (ppm).

NÄHRSTOFFMINERALIEN

Die Nährstoffminerale sind ausgiebig erforscht, gut definiert und werden für viele biologische Funktionen des menschlichen Körpers als grundlegend wichtig angesehen. Sie spielen eine Schlüsselrolle in Stoffwechselprozessen, wie zum Beispiel bei der Muskelfunktion, endokrinen Ausschüttungen, Reproduktion, Skelettintegrität und allgemeinem Wachstum.

TOXISCHE MINERALIEN

Toxische Mineralstoffe, auch Schwermetalle genannt, sind dafür bekannt, daß sie normale biochemische Vorgänge stören. Sie sind häufig in der Umwelt und daher in gewissem Maße in allen biologischen Systemen vorhanden. Diese Metalle stellen eine Vergiftungsgefahr dar, wenn sie sich durch den Vorgang der Akkumulation im Körper übermäßig anhäufen.

ZUSÄTZLICHE MINERALIEN

Diese Mineralien werden als potentiell grundlegend für den menschlichen Körper angesehen. Zur genaueren Bestimmung von Voraussetzungen und benötigten Mengen sind weitere Forschungen im Gange.

VERHÄLTNISSE

Ein errechneter Vergleich zweier Mineralstoffanteile wird als „Verhältnis“ bezeichnet. Zur Errechnung dieses Wertes teilt man den ersten Mineralstoffanteil durch den zweiten.

BEISPIEL: Ein gemessener Natrium (Na) - Anteil von 24 mg% geteilt durch einen Kalium (K)-Anteil von 10 mg% ergibt ein Na/K-Verhältnis von 2,4 zu 1.

SIGNIFIKANTE VERHÄLTNISSE

Studien belegen, daß die normale biologische und Stoffwechselprozesse negativ beeinflusst werden können, wenn das synergetische Verhältnis zwischen verschiedenen Mineralstoffen im Körper gestört wird. Selbst bei extrem niedrigen Konzentrationen gilt diese synergetische und/oder antagonistische Wechselwirkung zwischen den Mineralstoffen, was den Stoffwechsel indirekt beeinflussen kann.

TOXISCHE VERHÄLTNISSE

Es ist wichtig, darauf hinzuweisen, daß Personen mit erhöhten Spiegeln an toxischen Mineralien nicht immer klinische Symptome für das entsprechende Mineralstoffungleichgewicht der entsprechenden Mineralien aufweisen. Wissenschaftliche Studien haben allerdings gezeigt, daß sich die Anwesenheit von toxischen Mineralien auch negativ auf verschiedenen essentielle Mineralien auswirken kann, was schließlich zu Störungen bei deren Verwendung im Stoffwechsel führen kann.

ZUSÄTZLICHE VERHÄLTNISSE

Dies Verhältnisse werden ausschließlich zum Zweck der Sammlung wissenschaftlicher Daten angegeben, Diese Informationen werden dann dazu verwendet, die Wirkung dieser Stoffe auf die Gesundheit zu beurteilen.

BEZUGSBEREICHE

Allgemein gilt, daß Bezugsbereiche als Richtlinien zum Zweck des Vergleichs mit den ermittelten Testresultaten angesehen werden sollten. Diese Bezugsbereiche wurden durch Studien an einer Population „gesunder Personen“ statistisch ermittelt.

Wichtiger Hinweis: Der Bezugsbereich sollte nicht als absolut verbindlich zur Bestimmung von Mineralstoffmangel, Giftigkeit oder Akzeptanz angesehen werden.

EINFÜHRUNG IN DIE ANALYSE DER MINERALSTOFFE IM GEWEBE

Ein Haar wird aus Ansammlungen von Matrixzellen gebildet, die ihrerseits die Haarfollikel bilden. Während der Wachstumsphase ist das Haar der inneren Stoffwechsellumgebung ausgesetzt, wie zum Beispiel dem Blutkreislauf, der zirkulierenden Lympheflüssigkeit und anderen extrazellulären Flüssigkeiten. Beim Erreichen der Hautoberfläche werden die äußeren Schichten des Haares härter und die bis zu diesem Zeitpunkt angesammelten Stoffwechselprodukte werden eingeschlossen. Dieser biologische Prozeß liefert uns eine Blaupause sowie eine dauerhafte Aufzeichnung der Ernährungstoffwechselaktivitäten während dieses Zeitraums.

Die quantitative Bestimmung der Elemente im Haar ist ein äußerst kompliziertes Verfahren. Nach strengen Vorschriften durchgeführt und zutreffend interpretiert, kann es als Hilfe zur Feststellung eines Mineralstoffmangels, Mineralstoffüberschusses und/oder eines chemischen Ungleichgewichtes eingesetzt werden. Die Analyse der Mineralstoffe im Gewebe (TMA) ist für den Arzt ein empfindlicher Indikator für die langfristigen Auswirkungen von Ernährung, Stress und toxischen Metallen.

DIE ERGEBNISSE DES LABORTESTS UND DER FOLGENDE UMFASSENDE BERICHT STELLEN KEINE DIAGNOSE DAR. DIE ERGEBNISSE DIESER ANALYSE SIND LEDIGLICH ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN FÜR DEN BEHANDELNDEN ARZT.

DIE ERGEBNISSE STAMMEN AUS EINEM AMTLICH ZUGELASSENEN KLINISCHEN LABOR UNTER VERWENDUNG ANALYTISCHER VERFAHREN, DIE DEN BEHÖRDLICHEN ANFORDERUNGEN, WIE AUCH DEN ANFORDERUNGEN VON TRACE ELEMENTS INC., USA, ENTSPRECHEN. DIE AUS DIESEN ERGEBNISSEN GEWONNENEN DATEN WURDEN DURCH EINE VON DAVID L. WATTS, PH.D., TRACE ELEMENTS INC. USA DURCHGEFÜHRTE FORSCHUNGSSTUDIE DEFINIERT.

STOFFWECHSEL TYP

In diesem Abschnitt des Berichts wird das Stoffwechselprofil erörtert, das auf von Dr. D. L. Watts durchgeführten Forschungsstudien basiert. Jede Klassifizierung erfolgt anhand einer Bewertung der Ergebnisse aus der Bestimmung des Mineralstoffgehalts im Gewebe sowie einer Bestimmung des Ausmaßes einer stimulierenden und/oder hemmenden Wirkung der Mineralstoffe auf die wichtigsten "energieproduzierenden" endokrinen Drüsen. Diese Drüsen regulieren die Absorption, die Ausscheidung und Verwertung der Nährstoffe im Stoffwechsel sowie ihre Integration in das Körpergewebe: Haut, Organe, Knochen, Haare und Nägel. Wie wirksam jeder Nährstoff verwertet wird, hängt in großem Maße davon ab, ob die endokrinen Drüsen richtig arbeiten.

SCHNELLER STOFFWECHSEL (TYP 4)

- ** Sympathikusdominanz
- ** Verminderte Schilddrüsenfunktion (verringerte Hormonausschüttung)
- ** Verminderte Nebennierenaktivität (verringerte Hormonausschüttung)

Das gegenwärtige Mineralstoffmuster ist kennzeichnend für einen schnellen Stoffwechsel (schneller Stoffwechsel, Typ 4). Obwohl diese Stoffwechselrate als schnell angesehen wird, kann bei diesem Patienten eine Nebennieren- und Schilddrüseninsuffizienz vorliegen. Dieses Muster ist charakteristisch für das "Burned-out"-Syndrom ("Ausgebranntsein") bei Stress. Dieses "Ausgebranntsein" steht oft mit chronischem oder länger einwirkendem Stress im Zusammenhang. Der Stress wirkt offensichtlich schon seit längerer Zeit ein, und letztendlich werden die Schilddrüse und die Nebennierendrüsen nicht mehr genügend Energie zur Bewältigung des Stress zur Verfügung stellen können. Dieses Muster kann zu wiederkehrenden Ermüdungserscheinungen und Depressionen

führen.

Es sollte beachtet werden, daß Streß ein normaler Teil des Lebens ist und bei kontrollierter Einwirkung einem nützlichen Zweck dient. Chronischer, unkontrollierter Streß kann jedoch zu einem Ungleichgewicht verschiedener Vitamine und Mineralstoffe beitragen. Darüber hinaus nimmt die Fähigkeit, einen angemessenen Energiespiegel sowie eine optimale Gesundheit aufrechtzuerhalten, ab.

MINERALSTOFFSPIEGEL

In diesem Abschnitt des Berichts werden diejenigen Mineralstoffspiegel erörtert, die mäßig bis signifikant von der Norm abweichen. Der hellblaue Bereich in jedem Abschnitt der Graphik stellt einen Referenzbereich dar, der auf der statistischen Analyse von offensichtlich gesunden Individuen basiert. Der folgende Abschnitt basiert dagegen auf klinischen Daten; ein leicht außerhalb dieser Referenzbereiche liegender Mineralstoffwert kann daher unkommentiert bleiben, sofern er nicht als klinisch signifikant beurteilt wird.

ANMERKUNG

Bei den Elementen mit Werten innerhalb des Normalbereichs ist zu beachten, daß der Ernährungsstatus ebenfalls in bedeutendem Ausmaß von deren Gleichgewicht mit anderen unentbehrlichen Nährstoffen abhängt. Wo zutreffend, ist eine Erörterung ihres Beitrags zum Stoffwechsel im Abschnitt über die Verhältnisse in diesem Bericht zu finden.

CALCIUM (Ca)

Der Calciumspiegel im Gewebe liegt unter dem Normalwert. Dies ist für dieses Alter und einen schnellen Stoffwechsel (Typ 4) nicht ungewöhnlich. Falls sich dieses Profil jedoch verschlechtern oder über einen längeren Zeitraum anhalten sollte, können die folgenden Symptome verstärkt auftreten:

Stimmungsschwankungen	Schlaflosigkeit
Depressionen	Zahnprobleme
Osteoporose	

EINIGE FAKTOREN, DIE ZU EINEM NIEDRIGEN CALCIUMSPIEGEL IM GEWEBE BEITRAGEN KÖNNEN

- * Unterfunktion der Nebenschilddrüsen
- * Hohe Phosphorzufuhr und -retention
- * Kupfermangel
- * Anreicherung von toxischen Metallen
- * Mangel an Vitamin D
- * Magnesiummangel
- * Unzureichende Calciumzufuhr
- * Schlechte Absorption
- * Streß

KUPFER (Cu)

Das Kupferprofil ist ein Anzeichen für ein Übermaß an Kupfer im Gewebe. Dieses Element hat eine antagonistische Wirkung auf die Funktionen anderer unentbehrlicher Elemente, insbesondere wirkt es als direkter Gegenspieler des Zinks im Körper. Eine übermäßige Anreicherung von Kupfer kann auch bei ausreichender Zufuhr von Zink oder normalem Zinkspiegel im Gewebe zu Anzeichen eines Zinkmangels führen.

MANGAN (Mn) UND BLUTZUCKERREGULIERUNG

Ein niedriger Manganspiegel kommt ziemlich häufig vor, ein Spiegel von 0,01/1 mg% liegt jedoch deutlich unter dem Normalwert. Der Mineralstoff Mangan ist zusammen mit bestimmten Vitaminen

und anderen Mineralstoffen für viele biochemische Reaktionen, einschließlich des Kohlehydratstoffwechsels und der Energieproduktion, unentbehrlich. Ein Manganmangel steht häufig mit Erscheinungen wie einem niedrigen Blutzuckerspiegel, Ligamentproblemen oder Fortpflanzungsstörungen in Zusammenhang.

NICKEL (Ni)

Ein hoher Nickelspiegel in den Haaren ist nicht ungewöhnlich. Unsere Umwelt weist viele Nickelquellen auf, wie zum Beispiel:

Tee	Kunststoffe
Hydrierte Öle	Fungizide
Gummiprodukte	Metallprothesen
Verbrennung von Treibstoffen	Galvanisation
Tabak	

Es ist bekannt, daß ein Überschuß an Nickel mit allergischen Hautentzündungen und Nierenfunktionsstörungen in Zusammenhang steht.

VERHÄLTNIS DER NÄHRSTOFFMINERALE

In diesem Abschnitt des Berichts werden diejenigen Verhältnisse der Nährstoffminerale erörtert, die eine mäßige bis deutliche Abweichung vom Normalbereich darstellen.

Aus laufenden Untersuchungen ist bekannt, daß Stoffwechselstörungen nicht unbedingt das Ergebnis eines Mangels oder eines Überschusses an einem bestimmten Mineralstoff sind, sondern häufiger auf Störungen des Gleichgewichts (Verhältnisses) zwischen den Mineralstoffen zurückzuführen sind. Aufgrund dieser komplexen Wechselbeziehung zwischen den Mineralstoffen ist es äußerst wichtig, daß ein eventuelles Ungleichgewicht festgestellt wird. Anschließend kann zur Korrektur und Wiederherstellung eines normalen biochemischen Gleichgewichts mit einer entsprechenden Therapie begonnen werden.

ANMERKUNG: Die von Trace Elements entwickelte "Ernährungsgrafik" ist auf der Titelseite dieses Berichts abgebildet und zeigt die antagonistischen Beziehungen zwischen den wichtigen Nährstoffen, einschließlich der Elemente (die Pfeile zeigen die antagonistische Wirkung auf Absorption und Retention).

HOHES CALCIUM/KALIUM-VERHÄLTNIS (Ca/K)

Ein im Vergleich zu Kalium hoher Calciumspiegel ist häufig ein Anzeichen für eine Neigung zu Hypothyreose (Unterfunktion der Schilddrüse). Der Mineralstoff Calcium wirkt der Kaliumretention in der Zelle entgegen. Da ausreichenden Mengen an Kalium erforderlich sind, um das Gewebe für die Einwirkungen von Schilddrüsenhormonen zu sensibilisieren, würde ein hohes Ca/K-Verhältnis auf eine verringerte Schilddrüsenfunktion und/oder Zellreaktion auf Thyroxin schließen lassen. Falls dieses Ungleichgewicht bereits über einen längeren Zeitraum vorliegt, können die folgenden, mit einer verminderten Schilddrüsenfunktion in Zusammenhang stehenden Symptome auftreten:

Müdigkeitserscheinungen	Depressionen
Trockene Haut	Neigung zu Übergewicht
Verstopfung	Kälteempfindlichkeit

SPIEGEL TOXISCHER METALLE

Die Haare stellen eines der bevorzugten Gewebe dar, die die Umweltschutzbehörde der USA

(E.P.A.) zur Bestimmung des Ausmaßes einer Exposition gegenüber toxischen Metallen verwendet. In einem Bericht der E.P.A. aus dem Jahr 1980 ist zu lesen, daß das menschliche Haar für die biologische Überwachung der toxischen Metalle mit der höchsten Priorität gut geeignet ist. In diesem Bericht werden die Erkenntnisse aus anderen Studien bestätigt, die ebenfalls zu dem Schluß kamen, daß das menschliche Haar zur Bestimmung des Ausmaßes einer Exposition gegenüber einigen Spurenmetallen besser geeignet ist als Blut oder Urin.

Es kann sein, daß durch diese Analyse der Mineralstoffe im Gewebe ein erhöhter Schwermetallspiegel festgestellt wird, zu diesem Zeitpunkt aber kein Umwelteinfluß bestätigt werden kann. Dies ist nicht ungewöhnlich, da eine Schwermetallexposition bereits Jahre zurückliegen kann. Entsprechende Studien zeigten darüber hinaus, daß Schwermetalle während der Schwangerschaft an den Fötus weitergegeben werden. Auch Jahre nach einer Schwermetallexposition können die Metalle im Körper festgestellt werden und verbleiben im Körpergewebe, bis eine Ausscheidung veranlaßt wird. So beträgt z.B. die Halbwertszeit von Cadmium in einigen Gewebearten zehn bis dreißig Jahre.

CADMIUM (Cd)

Cadmium ist ein toxisches Metall, das die Absorption und Funktion verschiedener Mineralstoffe beeinträchtigt, wie z.B. Zink, Eisen, Kupfer und Mangan. Cadmium sammelt sich hauptsächlich in den Nieren an, lagert sich jedoch auch in der Leber und den Knochen ab, falls es im Übermaß vorhanden ist. Einige Cadmiumquellen sind:

Tabak	Zinkhütten
Verbrennung von Kunststoffen	Verzinkte Wasserrohre
Superphosphat-Düngemittel	Autoabgase
Elektronikindustrie	

EINE CADMIUMVERGIFTUNG KANN FOLGENDE AUSWIRKUNGEN HABEN

Zinkmangel	Nierenfunktionsstörungen
Arthritis	Hoher Blutdruck
Emphyseme	Atherosklerose

WICHTIGER HINWEIS

EINE AUSSCHIEDUNG VON CADMIUM AUS DEM KÖRPER KANN OFT SYMPTOME HERVORRUFEN, DIE DENEN EINER GRIPPE ÄHNELN.

HINWEIS

Derzeit kann ein Bluttest zur Bestätigung einer stärkeren Vergiftung einen erhöhten Spiegel aufzeigen oder auch nicht. Dies ist das Resultat der Schutzreaktion des Körpers, bei der nach einer Exposition gegenüber einem toxischen Metall das Element aus dem Blut entfernt und in verschiedenen anderen Geweben gespeichert wird. Daher muß kein erhöhter Blutspiegel vorliegen, sofern die Exposition nicht andauert oder chronisch ist.

VERHÄLTNISSE DER TOXISCHEN METALLE

SÄMTLICHE VORLIEGENDEN VERHÄLTNISSE TOXISCHER METALLE LIEGEN INNERHALB DES AKZEPTABLEN BEREICHS

ERNÄHRUNGSVORSCHLÄGE

Die folgenden Ernährungsvorschläge basieren auf mehreren Faktoren: Dem Mineralstoffspiegel des Einzelnen, den Verhältnissen und dem Stoffwechsellyp sowie dem Nährwert jedes Lebensmittels,

einschließlich Gehalt an Eiweiß, Kohlenhydraten, Fetten, Vitaminen und Mineralstoffen. Auf der Grundlage dieser Erkenntnisse sollte die Aufnahme bestimmter Lebensmittel zeitweilig vermieden oder erhöht werden, um eine Verbesserung der biochemischen Abläufe im Körper zu erreichen.

ALLGEMEINE ERNÄHRUNGSRICHTLINIEN FÜR MENSCHEN MIT EINEM SCHNELLEN STOFFWECHSEL

* ERHÖHEN SIE DIE AUFNAHME VON LEBENSMITTELN MIT EINEM HOHEN ANTEIL AN PURINHALTIGEM EIWEISS. Lebensmittel mit einem hohen Anteil an purinhaltigem Eiweiß sind Leber, Nieren und Herz. Andere gute Quellen sind Sardinen, Thunfisch, Muscheln, Krebse, Hummer und Austern. Wenn Ihnen Ihr Arzt nichts anderes empfiehlt, sollte die Aufnahme von stark und mäßig purinhaltigem Eiweiß ungefähr 30 % der gesamten täglichen Kalorienaufnahme ausmachen.

* ERHÖHEN SIE DIE AUFNAHME VON MILCH UND MILCHPRODUKTEN, wie z.B. Käse, Speisequark, Joghurt, Sahne, Butter (ungesalzen). Erhöhen Sie die Aufnahme von Nüssen und Kernen, wie z.B. Mandeln, Walnüssen, Erdnüssen, Erdnußbutter und Sonnenblumenkernen. Wenn Ihnen Ihr Arzt nichts anderes empfiehlt, sollten fettreiche Lebensmittel ungefähr 30 % der gesamten täglichen Kalorienaufnahme ausmachen.

* REDUZIEREN SIE DIE AUFNAHME VON KOHLENHYDRATEN, einschließlich nicht- raffinierten Kohlenhydraten. Lebensmittel wie Getreide, Vollkorn und Vollkornprodukte dürfen bis zur nächsten Auswertung nur in kleinerem Umfang aufgenommen werden. Die Kohlenhydrataufnahme in Form von nicht-raffinierten Kohlenhydraten sollte ungefähr 30 % der gesamten täglichen Kalorienaufnahme ausmachen.

* VERMEIDEN SIE DIE AUFNAHME VON ZUCKER SOWIE RAFFINIERTEN KOHLENHYDRATEN. Darunter fallen weißer und brauner Zucker, Honig, Süßigkeiten, Limonade, Kuchen, Gebäck, Alkohol und Weißbrot.

LEBENSMITTELALLERGIEN

Bei einigen Personen können bestimmte Lebensmittel eine Unverträglichkeitsreaktion oder "allergieähnliche" Reaktion hervorrufen, die zumeist als "Lebensmittelallergie" bezeichnet wird. Die Aufnahme von Lebensmitteln, auf die man empfindlich reagiert, kann verschiedene Reaktionen, von Schläfrigkeit bis zu Hyperaktivität bei Kindern sowie Juckreiz, Ausschlägen, Kopfschmerzen, hohem Blutdruck und arthritischen Schmerzen, hervorrufen.

Aufgrund eines biochemischen (Ernährungs-) Ungleichgewichts kann es zu einer Überempfindlichkeitsreaktion auf Lebensmittel kommen, die durch Stress, Umweltverschmutzung und Medikamente noch verschlimmert werden kann. Eine Einschränkung in der Nahrungsvielfalt, wie z.B. eine einseitige Lebensmittel- auswahl, kann zusätzlich zu einem Ernährungsungleichgewicht beitragen. Oft entwickelt eine Person ein starkes Verlangen nach den Lebensmitteln, die die stärkste Überempfindlichkeitsreaktion auslösen, und es kann vorkommen, daß das gleiche Lebensmittel oder die gleiche Lebensmittelgruppe öfter als einmal am Tag gegessen wird.

Im folgenden Abschnitt sind Lebensmittel aufgeführt, die vermieden werden sollten. Diese Lebensmittel sollten als potentiell "allergieauslösende Lebensmittel" oder als Lebensmittel, die eine schnelle und effektive Reaktion verhindern können, angesehen werden. Die Aufnahme dieser Lebensmittel sollte vier Tage lang vollständig vermieden werden. Danach sollten sie während der Therapie nicht häufiger als alle drei Tage einmal zu sich genommen werden.

MIT KUPFER IN VERBINDUNG STEHENDE LEBENSMITTELALLERGIEN

Personen mit einer übermäßigen Kupferakkumulation im Gewebe haben oft ein starkes Verlangen nach stark kupferhaltigen Lebensmitteln. Die folgenden Lebensmittel, die einen hohen Kupferanteil im Vergleich zu Zink aufweisen, sollten bis zur nächsten Auswertung vermieden werden.

Schokolade	Leber
Walnüsse	Schellfisch
Kleieflocken	Pekannüsse
Nuß-Nougataufstrich	Avocados
Garnelen	Weintrauben

Forelle
Kokosnuß

Backhefe
Haselnuß

REAKTIONEN, DIE MIT DURCH KUPFER VERURSACHTEN LEBENSMITTELALLERGIEN IN VERBINDUNG STEHEN

Eine übermäßige Aufnahme von stark kupferhaltigen Lebensmitteln steht mit verschiedenen Reaktionen sowohl physischer als auch psychischer Natur in Verbindung. Zu den physischen Reaktionen zählen: Stirnkopfschmerzen, Hautausschläge, Gelenksteife, Verstopfung, Schlaflosigkeit mit Morgenmüdigkeit, Blähungen, Wasserretention und Kälteempfindlichkeit. Zu den psychischen Reaktionen zählen; Depressionen, Weinkrämpfe, Ängstlichkeit, Angstzustände, Reizbarkeit, Wut, aggressives Verhalten und zurückgezogenes Verhalten.

LEBENSMITTEL, DIE DIE HISTAMINFREISETZUNG STIMULIEREN

Die folgenden Lebensmittel können bei bestimmten Stoffwechselltypen die Histaminfreisetzung stimulieren und zu allergischen Reaktionen beitragen, die die Atemwege betreffen. Diese Lebensmittel müssen bis zur nächsten Auswertung oder bis zu einer gegenteiligen Empfehlung des behandelnden Arztes vermieden werden:

Zuckerrübenblätter	Rhabarber
Äpfel	Schokolade
Spinat	Schwarztee
Auberginen	Erdbeeren
Süßkartoffeln	Erdnüsse
Blaubeeren	Grüne Bohnen
Pekannüsse	Mangold
Weizenkeime	Kakao
Kohl	Petersilie
Brombeeren	Rote Bete
Weintrauben	

AMINOSÄUREN, DIE DIE CALCIUMABSORPTION VERBESSERN

Die Calciumabsorption wird deutlich gesteigert, wenn die Ernährung einen hohen Anteil an den Aminosäuren Lysin, Arginin und Histidin enthält. Diese Eiweißbausteine tragen auch zu Reduzierung der Gewebezidität bei. Beide Auswirkungen sind für Menschen mit einem schnellen Stoffwechsel wünschenswert. Daher wird die zusätzliche Aufnahme der folgenden Lebensmittel zu diesem Zeitpunkt empfohlen:

Schinken	Rinderhüfte
Lamm	Gemüseintopf
Hüttenkäse	Speck
Schälrippchen	Erdnüsse
Linsen	Kabeljau
Rinderbraten (Hochrippe)	

BESONDERER HINWEIS

In diesem Bericht ist nur eine begrenzte Anzahl von Lebensmitteln aufgeführt, die entweder vermieden oder verstärkt aufgenommen werden müssen. NICHT SPEZIELL IN DIESEM ABSCHNITT AUFGEFÜHRTE LEBENSMITTEL KÖNNEN IN MÄSSIGER MENGE WEITERHIN VERZEHRT WERDEN, ES SEI DENN, IHR ARZT GIBT IHNEN EINE ANDERE EMPFEHLUNG. Unter bestimmten Umständen kann in Ernährungsempfehlungen dasselbe Lebensmittel gleichzeitig in den Kategorien "UNBEDENKLICH" und "ZU VERMEIDEN" aufgeführt sein. In diesen seltenen Fällen, sollten Sie immer den Empfehlungen in der Kategorie "ZU VERMEIDEN" folgen.

SCHLUSSFOLGERUNGEN

Dieser Bericht ermöglicht einzigartige Erkenntnisse über die Biochemie von Lebensmitteln. Die darin enthaltenen Empfehlungen sind speziell auf den Stoffwechsellyp, den Mineralstatus, das Alter und das Geschlecht abgestimmt. Entsprechend dem Urteil des behandelnden medizinischen Fachpersonals können auf Basis zusätzlicher klinischer Daten weitere Empfehlungen gegeben werden.

ZIEL DES PROGRAMMS

Das Ziel dieses Programms besteht darin, durch individuell abgestimmte Ernährungsempfehlungen die Körperchemie wieder ins Gleichgewicht zu setzen. Einhaltung dieser Empfehlungen kann die Fähigkeit des Körpers steigern, die aufgenommenen Nährstoffe optimal zu verwerten, und dadurch zu einer erhöhten Energieproduktion und zu einer Verbesserung des Gesundheitszustandes beitragen.

WAS MAN WÄHREND DES PROGRAMMS ERWARTEN KANN

Die Mobilisierung und Ausscheidung bestimmter Metalle kann zu zeitweiligem Unwohlsein führen. Wenn z.B. eine übermäßige Anreicherung von Eisen oder Blei zu Arthritis beiträgt, kann es von Zeit zu Zeit zu einem Aufflackern des Zustandes kommen. Dieser Effekt kann so lange fortbestehen, bis der Metallüberschuß vollständig abgebaut ist.

