



Geschlecht: Weiblich
 Alter: 51
 Körpergewicht: leicht untergewichtig (162cm, 47kg)

Vitamine

Befundbericht

Datum: 22.11.2014 11:53

getestete Eigenschaft	Normalbereich	Tatsächlicher Wert	Testergebnis
Vitamin A	0,346 - 0,401	0,354	
Vitamin B1	2,124 - 4,192	0,873	
Vitamin B2	1,549 - 2,213	1,852	
Vitamin B3	14,477 - 21,348	9,934	
Vitamin B6	0,824 - 1,942	0,625	
Vitamin B12	6,428 - 21,396	9,886	
Vitamin C	4,543 - 5,023	4,352	
Vitamin D3	5,327 - 7,109	5,28	
Vitamin E	4,826 - 6,013	4,771	
Vitamin K	0,717 - 1,486	1,172	

Referenz:
■ Normal(-) ■ Leichte Abweichung(+)
■ Verstärkte Abweichung(++) ■ Schwere Abweichung(+++)

Vitamin A:	0,346-0,401(-) 0,286-0,311(++)	0,311-0,346(+) <0,286(+++)
Vitamin B1:	2,124-4,192(-) 0,643-1,369(++)	1,369-2,124(+) <0,643(+++)
Vitamin B2:	1,549-2,213(-) 1,147-1,229(++)	1,229-1,549(+) <1,147(+++)
Vitamin B3:	14,477-21,348(-) 8,742-12,793(++)	12,793-14,477(+) <8,742(+++)
Vitamin B6:	0,824-1,942(-) 0,399-0,547(++)	0,547-0,824(+) <0,399(+++)
Vitamin B12:	6,428-21,396(-)	3,219-6,428(+)

	1,614-3,219(++)	<1,614(+++)
Vitamin C:	4,543-5,023(-)	3,872-4,543(+)
	3,153-3,872(++)	<3,153(+++)
Vitamin D3:	5,327-7,109(-)	4,201-5,327(+)
	2,413-4,201(++)	<2,413(+++)
Vitamin E:	4,826-6,013(-)	4,213-4,826(+)
	3,379-4,213(++)	<3,379(+++)
Vitamin K:	0,717-1,486(-)	0,541-0,717(+)
	0,438-0,541(++)	<0,438(+++)

Beschreibung der Parameter

Vitamin A:

Vitamin A dient als Bestandteil des Sehpurpurs im Auge und sowohl für das Farbsehen als auch für die Unterscheidung von hell und dunkel mitverantwortlich. Außerdem schützt sie alle äußeren und inneren Häute des Körpers.

Mangelercheinungen:

Es kann zu Lichtscheue kommen, zu verminderter Sehschärfe in der Dämmerung, Nachtblindheit, trockenen und entzündeten Bindehäuten, glanzlosen Haaren und brüchigen Fingernägeln.

Gefahr bei Überdosierung:

Zu viel Vitamin A kann genau so gefährlich sein wie zu wenig. Bei Überdosierung kann es zu den unterschiedlichsten Symptomen kommen, die von Kopfschmerz bis Haarausfall reichen können.

Vitamin B1:

Vitamin B1 ermöglicht Reaktionen, die Kohlenhydrate verwerten. Weiterhin fördert es die Übertragung der Nervenbefehle an die Muskeln.

Mangelercheinungen:

Verdauungsstörungen, Appetitlosigkeit und Gedächtnisschwäche können Zeichen verdeckten Vitamin B1-Mangels sein. In schlimmen Fällen kann es zu Beriberi kommen.

Vitamin B2:

Für den Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Fetten und Eiweiß ist Vitamin B2 unerlässlich. Da das Vitamin B2-Konzentrat im Auge besonders hoch ist, vermutet man auch einen Einfluss auf die Sehfähigkeit.

Mangelercheinungen:

In seltenen Fällen kann es zu Hautentzündungen, spröden Fingernägeln, Hornhauttrübung, Wachstumshemmung und Blutarmut kommen.

Gefahr bei Überdosierung:

Symptome für eine Vitamin B2-Überdosierung oder Vergiftung sind unbekannt. Hohe Dosen können möglicherweise zu Brennen und Kribbeln der Haut führen.

Vitamin B3:

Vitamin B3 ist auch als Nikotinsäure und Nikotinamid bekannt. Es kann in Wasser gelöst werden und die Verwendung von Tryptophan kann bei der Synthese im menschlichen Körper helfen. Es ist ein wichtiger Stoff von synthetischen Hormonen. Vitamin B3 kann die Durchblutung fördern, den Blutdruck senken, zu niedrigerem Cholesterin und Triglyceride führen, gastrointestinale Erkrankung reduzieren und die Symptome des Menière-Syndrom

lindern und so weiter. Vitamin B3 ist in Tier-Lebern, Nieren, magerem Fleisch, Eiern Weizenkeimen, Vollkornprodukten, Erdnüssen, Feigen, etc. vorhanden.

Vitamin B6:

Vitamin B6 hängt mit dem Aminosäure-Stoffwechsel zusammen. Es kann zum Verschwinden von neurologischen Reizbarkeit führen und spielt eine gewisse Rolle bei der Bildung von immunkomplexen Stoffen und bei der Verhinderung von Arteriosklerose.

Der Mangel an Vitamin B6 führt zu Anämie, Erfrierungen und anderen Hauterkrankungen. Darüber hinaus kann es Tryptophan hemmen, zu Beschädigung der Bauchspeicheldrüse führen.

Vitamin B12:

Vitamin B12 ist wichtig für die Zellteilung und Blutbildung sowie die Funktion des Nervensystems.

Vitamin C:

Die wichtigsten Funktionen: Stärkung des Immunsystems, Schützen der Kapillaren, Skorbut verhindern und die Wundheilung fördern. Vitamin C kann die Verwendung von Eisen erhöhen, in einem chemischen und biologischen Verfahren, das dreiwertiges Eisen in der Nahrung reduziert, um zweiwertiges Eisen und die Absorption von Eisen zu fördern und Ferritin in der Leber und Knochen zu speichern. Die Praxis zeigt, dass die Supplementierung von Eisen sowie Zugabe von VC die Eisenaufnahme um 22% erhöhen kann. Es reicht im Grunde aber die normale Aufnahmegeschwindigkeit von Hämoglobin.

Vitamin D3:

Die wichtigste physiologische Funktion ist es, die Kalziumaufnahme im Darm zu fördern, die Knochen mit Kalzium-Phosphor-Befestigung zu induzieren und Rachitis zu verhindern.

Vitamin E:

Die Hauptaufgabe besteht darin, die Integrität der inneren Struktur der Zellen zu schützen, und es kann die Oxidation von Lipiden in Zellen und auf Zellmembranen verhindern und die Zellen vor Schäden durch freie Radikale schützen. Es hat auch die Funktionen der Anti-Oxidation, Anti-Aging und Verschönerung.

Vitamin K:

Vitamin K ist ein wichtiges Vitamin für die Förderung der normalen Blutgerinnung und des Knochenwachstums. Vitamin K ist der wesentliche Bestandteil bei der Synthese von vier Arten von Blutgerinnungsproteinen (Prothrombin, Faktor VII, Anti-Faktor und Hämophilie Faktor) in der Leber. Der menschliche Körper hat wenig Vitamin K, aber es kann die normale Funktion der Blutgerinnung erhalten, dient dazu schwere Blutungen zu reduzieren und inneren Blutungen und Hämorrhoiden zu verhindern. Personen mit häufigem Nasenbluten sollten mehr Vitamin K aus den natürlichen Nahrungsmitteln zu sich nehmen.

Diese Ergebnisse sind nur Referenzwerte und nicht für eine diagnostische Schlussfolgerung geeignet. Diese Analyse stellt keine medizinische Diagnose dar und kann keine Untersuchung und Behandlung beim Arzt oder Heilpraktiker ersetzen.