

Nutrition-DNA-Test

Mit der Nutrition-DNA-Analyse erfährst du, welche Lebensmittel dir guttun – und welche nicht.

Viele Ernährungspläne sind pauschal – doch dein Körper ist individuell.

Die Nutrition-Lifestyle-Analyse zeigt dir, wie dein Organismus auf bestimmte Nährstoffe und Lebensmittel reagiert.

Du erfährst:

- Welche **Nahrungsmittelunverträglichkeiten** genetisch begünstigt sein können (z. B. Laktose, Gluten, Histamin).
- Wie dein Körper **Makronährstoffe** (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate) am besten verwertet.
- Welche **Mikronährstoffe** für dich besonders wichtig sind.
- Eine **Bewertung von über 1.400 Lebensmitteln** – individuell abgestimmt auf dein genetisches Profil.
- Welche Ernährungsform (z. B. mediterran, Low Carb, High Protein) dich langfristig unterstützt.

Ergebnis:

- Ein **maßgeschneiderter Ernährungsfahrplan**, der dir Klarheit gibt, welche Lebensmittel und Essgewohnheiten optimal zu dir passen.

In 4 Schritten zu deinem DNA-Ergebnis:

- **Bestellen & Probenkit erhalten** – bequem nach Hause geliefert.
- **Probe abgeben** – einfach, schnell und schmerzfrei.
- **Analyse**– wissenschaftlich fundierte Auswertung deiner Gene.
- **Dein Ergebnis** – wir übersetzen sie in konkrete To-do's für dich.

Nutrition-Lifestyle-Analyse

Die Nutrition-Lifestyle-Analyse ist ideal für alle, die Klarheit in ihrer Ernährung suchen:

- **Menschen mit wiederkehrenden Beschwerden** (Blähungen, Unverträglichkeiten,
- **Genießer** – die wissen wollen, welche Lebensmittel ihnen guttun
- **Sportler & Aktive** – die ihre Ernährung präzise anpassen wollen
- **Familien** – die gute Ernährungsgewohnheiten mit System etablieren möchten
- Analyse genetisch möglicher **Unverträglichkeiten** (z. B. Laktose, Gluten, Histamin)
- Empfehlungen zur optimalen **Makro- & Mikronährstoffverteilung**
- Individuelle Bewertung von **1.400 Lebensmitteln**
- Übersicht, welche Ernährungsform für dich geeignet ist

Im Detail: Dein Analyse-Inhalt

Die Nutrition-Lifestyle-Analyse liefert dir nicht nur ein paar Zahlen oder Tabellen, sondern einen tiefgehenden, wissenschaftlich fundierten Überblick über deine genetische Ernährungs-Basis. Jede Auswertung wird individuell erstellt und verständlich aufbereitet, sodass du genau weißt, wie du das Wissen im Alltag nutzen kannst.

- **Über 250 Seiten Bericht** (in 150 Sprachen verfügbar) mit klaren Erklärungen und praxisnahen Tipps.
- **50 ernährungsrelevante Gene**, u.a. zu Nährstoffaufnahme und Stoffwechselgeschwindigkeit.
- **Mehr als 20 Stoffwechselthemen**, z. B. Blutzucker, Fettstoffwechsel, Cholesterinspiegel.
- **Bewertung von über 900 Lebensmitteln**, die zeigt, was dir besonders guttut (und was weniger).

Nutrition Sensor: Ihr persönlicher Ernährungsberater

Nutrigenetik in Perfektion: Erfahren Sie, welche Nährstoffe Ihr Körper aufgrund Ihrer Gene wirklich braucht und welche er meiden sollte.

Unser **Nutrition Sensor** entschlüsselt, wie Ihre einzigartigen **Gene** mit Ihrer Ernährung interagieren.

Ziel ist es, **genetische Defizite** – wie die eingeschränkte Umwandlung wichtiger Vitamine oder eine verlangsamte Entgiftung – **effektiv und gezielt umgehen** zu können. Wir liefern Ihnen die **wissenschaftliche Basis** und die daraus **logisch abgeleiteten Empfehlungen** für Ihre Ernährung und Ihr Mikronährstoff-Management.

Das erfahren Sie mit Ihrer Ernährungsanalyse

Der Bericht bietet umfassende Einblicke in 16 essenzielle Bereiche:

- **Verwertung von Vitaminen und Nährstoffen:** Finden Sie heraus, ob Sie beispielsweise **Folsäure** nur eingeschränkt in die aktive Form Methylfolat umwandeln können, oder ob Ihr Körper **Vitamin D3** nur in höherer Dosis effektiv in den Zellen erkennt.
- Erfahren Sie, inwieweit die Einnahme von **Omega-3** Ihren HDL-Cholesterinspiegel (das „gute“ Cholesterin) genetisch bedingt verschlechtern könnte. Zudem wird analysiert, wie gut Ihre Gene **Homocystein** regulieren können.
- **Stoffwechsel und Entgiftung:** Die Analyse beleuchtet, ob Ihre Gene Chemikalien und **Schadstoffe** (wie industrielle Lösungsmittel oder Pestizide) nur **langsam entgiften** können. Auch der Einfluss von Coenzym Q10 auf den Alterungsschutz wird untersucht, da dessen Aktivierung von Ihren Genen abhängt.
- **Alltag und Risiken:** Wir analysieren Ihre genetische Reaktion auf **Kochsalz** und das damit verbundene Risiko für erhöhten Blutdruck sowie die Wirkung von **Koffein** (Abbau durch CYP1A2-Gene).

Für wen ist die Nutrition-Analyse besonders wertvoll?

Die **Nutrition-Analyse** bietet dir tiefgehende Einblicke in deine genetisch bedingten Ernährungsbedürfnisse. Sie ist besonders sinnvoll, wenn du dich in einer oder mehreren dieser Situationen wiederfindest:

- **Wenn Du Nährstoffdefizite bei dir erkennst oder erkannt hast**

Vielleicht wurde bei dir bereits ein Mangel an Vitaminen oder Spurenelementen festgestellt – oder du hast den Verdacht, dass dein Körper nicht optimal versorgt ist. Mit der Nutrition-Analyse findest du heraus, welche Nährstoffe für dich besonders relevant sind.

- **Wenn Du Unsicherheit bei Nahrungsergänzungsmitteln verspürst**

Anstatt dich im Dschungel der Supplemente zu verlieren, zeigt dir die Analyse, welche Präparate für dich wirklich sinnvoll sind – und welche du dir sparen kannst.

- **Wenn Du Deine Ernährung individuell abstimmen möchtest**

Jeder Körper verarbeitet Nährstoffe unterschiedlich. Die Nutrition-Analyse gibt dir Klarheit darüber, wie dein Organismus Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße, Vitamine und Mineralstoffe aufnimmt und verwertet.

- **Wenn Du gezielt an deiner Gesundheit und deinem Wohlbefinden arbeiten willst**

Ob Energie, Konzentration, Leistungsfähigkeit oder Prävention – mit einer Ernährung, die zu deinem genetischen Profil passt, kannst du dein Wohlbefinden nachhaltig steigern.

Preis: 399,- inkl. MwSt.

Dieser Test dient ausschließlich Lifestyle- und Wellnesszwecken und stellt keine wissenschaftliche Diagnose dar. Die Ergebnisse ersetzen nicht die Beratung durch einen Arzt. Bei gesundheitlichen Beschwerden oder Fragen zu Krankheitsrisiken konsultieren Sie bitte einen Arzt. Die Apotheke und das Labor übernehmen keine Haftung für medizinische Entscheidungen auf Basis dieser Lifestyle-Analyse.

- **Maximale Sicherheit und Datenschutz**
Deine DNA-Daten werden unter strengsten Schutzmaßnahmen verarbeitet.
- **Umfassende Ergebnisberichte**
Du erhältst klare, wissenschaftlich fundierte Auswertungen mit spannenden Erkenntnissen zu deinem genetischen Profil.
- **Probenhandling mit Verantwortung**
Nach Abschluss der Analyse werden alle Proben fachgerecht und endgültig entsorgt.
- **Individuelle Empfehlungen**
Auf Grundlage deiner genetischen Daten erhältst du maßgeschneiderte Strategien für Gesundheit, Ernährung und Lifestyle.
- **State-of-the-art Labortechnologie**
Die Untersuchungen erfolgen nach neuesten wissenschaftlichen Standards für höchste Genauigkeit.
- **Verlässliche Basis für die Zukunft**
Die Ergebnisse helfen dir, langfristig bewusste Entscheidungen für deine Gesundheit zu treffen.

FAQ – häufig gestellte Fragen

- **Wie läuft der Test ab?**
Nach deiner Bestellung schicken wir dir ein Testkit nach Hause. Du nimmst ganz einfach eine Speichelprobe und sendest sie zurück. Danach analysieren wir deine DNA im Labor und du erhältst deinen ausführlichen Ergebnisbericht.
- **Ist der Test medizinisch?**
Nein, es handelt sich um eine **präventive Analyse**, die dir Empfehlungen für deinen Alltag gibt. Der Test ersetzt keine ärztliche Diagnose.
- **Wie lange dauert es, bis ich Ergebnisse bekomme?**
Nach Eingang der Probe dauert die Analyse ca. **3–4 Wochen**. Danach erhältst du den Bericht.
- **Wie vertraulich sind meine Daten?**
Datenschutz ist uns sehr wichtig. Deine Daten werden streng vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben. Die Probe wird ausschließlich für die von dir beauftragten Analysen/Produkte verwendet. Deine Ergebnisse liegen ausschließlich dir vor und werden von uns nicht gespeichert. Mehr erfährst du in der Datenschutzerklärung.