

Stoffwechsel & Herz-Kreislauf

☐ Cholesterin gesamt

☐ HDL-Cholesterin

☐ Ratio Triglyceride / HDL

☐ Lipoprotein (a)

Blutzucker & Insulin

☐ Nüchtern-Glucose

☐ HOMA-IR Index

Leber & Niere

☐ GOT

☐ GPT

☐ eGFR

Entzündung & oxidativer Stress

☐ hs-CRP

☐ LDH

☐ Leukozyten

☐ LDL-Cholesterin

☐ Triglyceride

☐ Apolipoprotein B

☐ Gesamt-Eiweiß

☐ Nüchtern-Insulin

☐ HbA1c (Langzeitzucker)

☐ GGT

☐ Cystatin C

☐ Harnsäure

☐ Oxidiertes LDL

Nährstoffe & Mineralstoffe

Methylierung

☐ Homocystein

☐ Holo-TC / B12

Vitamine & Fettsäuren

☐ Vitamin D3 (25-OH)

☐ D-Ratio 1,25 / 25

☐ Coenzym Q10

☐ EPA

Mineralstoffe

☐ Natrium

☐ Kalium

☐ Hämatokrit

Spurenelemente

☐ Zink

☐ Selen

☐ Folsäure im Serum

☐ Vitamin D3 (1,25-OH)

☐ Vitamin A (Retinol)

☐ Omega-3-Index

☐ DHA

☐ Kalzium

☐ Magnesium

☐ Kupfer

☐ Jod

Blutbild & Schilddrüse

Blutbildung & Eisenstoffwechsel

☐ Ferritin

☐ Transferrinsättigung

☐ MCV (Volumen)

☐ Gesamt-Eisen

☐ Hämoglobin

☐ MCH (Farbe)

Schilddrüse

☐ TSH

☐ Freies T4

☐ Freies T3

☐ Reverse T3

Deine Liste – und wie du sie nutzt

Warum diese Liste ohne Logo

Ärzte sind Experten darin, akute Erkrankungen zu behandeln – ausgebildet, in kürzester Zeit eine symptomatische Verbesserung zu erreichen. Blutwerte, die die Ursachen chronischer Beschwerden sichtbar machen, gehören meist nicht zu ihrem Fachgebiet. Und verständlicherweise möchte kein Arzt als reine „Blutabnahmestelle“ für anderswo beratene Patienten dienen. Deshalb bekommst du unsere Liste ohne Branding – sie wirkt, als hättest du sie dir selbst zusammengestellt.

So sprichst du es an

Formuliere deinen Wunsch nach diesen Werten am besten aus dem Gedanken heraus, dass es dir um gute Vorsorge geht – und darum, deine Müdigkeit, deine Konzentrationsfähigkeit und, wenn es für dich zutrifft, dein Körpergewicht zu verbessern; und weil du Ernährung und Training gezielt angehen willst – auf das, was du wirklich brauchst.

Falls dein Arzt nicht alles abnehmen kann

Wenn dein Arzt einzelne Werte nicht abnehmen möchte oder die Möglichkeiten dafür nicht hat – die meisten Praxen sind auf 2–3 Röhrchen eingespielt, nicht auf 6–7 – oder wenn ein schulmedizinisch ausgerichtetes Labor Nährstoff- und tiefere Stoffwechselwerte wie Homocystein oder den Omega-3-Index gar nicht bestimmt, steht dir im DACH-Raum ein hervorragendes Netz an Privatlaboren zur Verfügung. Dort buchst du privat einen Termin und lässt die nötigen Werte mit dieser Liste völlig unkompliziert abnehmen – ohne Nachfragen oder Erklärungen. Einfach „Privatlabor + deine Stadt“ googeln und dir das beste heraussuchen.

Was danach mit den Werten passiert

Sobald deine Ergebnisse da sind, werden sie einfach in das Vitalpartner-Blutauswertungsformular eingetragen. So werden Abweichungen nicht nur zu den Normwerten sichtbar, sondern vor allem zu den Optimalwerten. Genau daran erkennen auch wir Muster, an denen dein Körper noch nicht ganz optimal arbeitet – und wissen, wo wir ansetzen.

Auch wir bei Vitalpartner arbeiten mit den in DACH führenden Privatlaboren zusammen, über die wir die Blutdiagnostik für unsere Kunden durchführen lassen.