

## **Ernährungsberatung und Ernährungsoptimierung nach einer Fettsäureanalyse**

Nach einer Blutentnahme in unserer Praxis wird diese Untersuchung in einem Speziallabor in Stuttgart durchgeführt. Der Befund liegt dann nach ca. einer Woche vor. Veränderungen bei den Fettsäuren geben wertvolle Hinweise für Herz-Kreislaufkrankungen, aber auch für entzündliche Erkrankungen. Da Fette und Fettsäuren im Körper neben der allgemeinen Energiegewinnung auch für die Bildung unserer Zellwände und für die Bildung von Gewebshormonen zuständig sind, kann ein bestehendes Ungleichgewicht langfristig erhebliche Folgen nach sich ziehen. Der Ausgleich bestehender Ungleichgewichte bei den Fettsäuren kann bei chronischen Erkrankungen eine eigenständige therapeutische Säule sein. Aus dem Befund lassen sich individuelle Konsequenzen für eine Nahrungsoptimierung ziehen. Nach einem halben Jahr wird die Untersuchung wiederholt, damit der Erfolg der Nahrungsoptimierung objektiv nachgewiesen werden kann.

Wann immer eine bestehende Erkrankung z. B. die Funktion des Herzens bzw. die Gefäße beeinträchtigt, entzündliche Aspekte aufweist oder der Stoffwechsel betroffen ist, ist eine Fettsäureanalyse diagnostisch und therapeutisch wertvoll.

Der präventive Wert dieser Untersuchung ist ebenfalls bemerkenswert: bestimmte Konstellationen zeigen z. B. ein erhöhtes Risiko für einen plötzlichen Herztod an, andere zeigen die Bereitschaft, Entzündungen auszuprägen. Wird diese Bereitschaft früh erkannt, kann durch die Optimierung der Ernährung aktiv gegengesteuert werden.

Bei folgenden Erkrankungen ist eine Fettsäure-Analyse sinnvoll:

- Herzrhythmusstörungen
- Diabetes mellitus
- Übergewicht (Adipositas)
- Bluthochdruck
- Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätssyndrom (ADS/ADHS)
- Depressionen
- bei familiärer Häufung von Schlaganfällen bzw. Herzinfarkten

Alle Erkrankungen, bei denen Entzündungen eine Rolle spielen:

- Hauterkrankungen wie z. B. Neurodermitis, Schuppenflechte, sehr trockene Haut
- Rheumatische Erkrankungen, Entzündungen von Knochen, Bändern, Gelenken
- Atemwegserkrankungen wie z. B. allergisches Asthma, chron. Bronchitis, Pollenallergie
- Neurologische Erkrankungen wie z. B. multiple Sklerose (MS), Demenz
- Entzündungen bei Autoimmunerkrankungen

Aus den Befunden der Fettsäure-Analyse werden individuelle Maßnahmen zur Korrektur bestehender Ungleichgewichte herausgearbeitet. Die nachfolgende Ernährungsberatung zeigt Wege auf, wie durch eine Optimierung der Nahrung der Befund verbessert bzw. ausgeglichen werden kann. Aus dem Ergebnis kann auch der Nutzen einer Nahrungsergänzung in Form von Omega-Fettsäuren beurteilt, sowie deren optimale Dosierung ermittelt werden.

Organisatorisch lassen sich die Untersuchung und die entsprechende Beratung auch bundesweit durchführen. Zu diesem Zweck nehmen Sie bitte Kontakt mit unserer Praxis auf. Sie bekommen von uns dann die für eine Blutentnahme erforderlichen Materialien zugeschickt. Sie organisieren die Blutentnahme durch einen Arzt oder Heilpraktiker an Ihrem Ort. Anschließend schicken Sie Ihre Probe dann auf dem Postweg an das Speziallabor in Stuttgart. So kann eine Befundauswertung mit der entsprechenden Beratung durch unsere Praxis erfolgen. Zu diesem Zweck erhalten Sie von uns vor der Beratung alle relevanten Unterlagen in digitalisierter Form per email oder Brief. Sie können sich damit in Ruhe auf die Beratung vorbereiten. Für den telefonischen Gesprächstermin rufen wir Sie an und führen die Auswertung und Beratung gemeinsam durch. Der Zeitbedarf liegt bei ca. 30 bis 60 Minuten.

Anfragen bezüglich der Fettsäure-Analyse können Sie gerne telefonisch oder besser noch per email an die Praxis richten:

Praxis Dr. med. Bernd Kaiser  
Kimbacher Str. 127  
64732 Bad König  
Tel: 06063-578191  
[info@tcm-arztpraxis.de](mailto:info@tcm-arztpraxis.de)