



Medicross Group GmbH
Heuriedweg 20 • D 88131 Lindau
info@medicross-group.com • www.medicross-group.com

DATENBLATT

Personenbezogene Daten:

Max Muster	31.12.1990	info@medicross-group.com
Heuriedweg 20	72 kg / 182 cm	kA
88131 Lindau	Männlich	
DEUTSCHLAND		



Ident-Nummer:	Messung am:	Probenmaterial:	INT-Nr.:
348-1008	Fr, 15. Nov 2019	Haar	1457-BC-1

Zusatzinformationen:

Praxis-Ident:

Sehr geehrter Herr Max Muster,

vielen Dank, dass Sie sich die Zeit nehmen, um mehr über Ihren Bedarf an Mikronährstoffen zu erfahren.

Der Fragebogen sowie die Untersuchung Ihrer Haarprobe durch unser Fachlabor hat wesentliche Aspekte erfasst, die Rückschlüsse ermöglichen. Nachfolgend erhalten Sie die Ergebnisse der angeforderten feinstofflichen Laboruntersuchung mit zahlreichen nützlichen Informationen und wertvollen Hinweisen über Ihren derzeitigen Mikronährstoffbedarf. Die Bewertung dient als Interpretationshilfe ohne Kenntnis Ihres klinischen Hintergrundes.

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass wir als feinstoffliches Fachlabor nur die Untersuchung der Probe vornehmen. Für eine Beratung oder bei gesundheitlichen Problemen wenden Sie sich daher bitte immer an Ihren Arzt oder Therapeuten.

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Informationen wünschen, nehmen Sie bitte Kontakt mit Ihrem behandelnden Arzt, Therapeuten oder uns auf.

Mit besten Grüßen

Ihr Medicross Team



Personenbezogene Daten:

Max Muster
31.12.1990
28 J.
72 kg / 182 cm
Männlich

Ident-Nummer:

348-1008

Messung am:
Fr, 15. Nov 2019

INT-Nummer:

1457-BC-1

Probenmaterial:
Haar



Praxis-Ident:

ERGEBNIS DER MIKRONÄHRSTOFFANALYSE

BEZEICHNUNG	%	PR
AMINOSÄUREN		
GABA	17	✓
L-Alanin	61	↓
L-Arginin	0	✓
L-Asparagin	49	✓
L-Citrullin	20	✓
L-Cystein	32	✓
L-Glutamin	27	✓
L-Histidin	82	✗
L-Isoleucin	97	✗
L-Leucin	52	✓
L-Lysin	0	✓
L-Methionin	40	✓
L-Ornithin	59	✓
L-Phenylalanin	28	✓
L-Prolin	95	✗
L-Serin	28	✓
L-Threonin	65	↓
L-Tryptophan	0	✓
L-Tyrosin	26	✓
L-Valin	76	↓
L-Carnitin	98	✗
Glutathion	23	✓
L-Theanin	70	↓
Kreatin	0	✓
Glycin	4	✓

BELASTUNGSPARAMETER*		
FP-OXIDATIVER-SRS*	85	✗
FP-DETOX*	54	✓
FP-Hcyst*	91	✗

BEZEICHNUNG	%	PR
ENZYME		
Bromelain	59	✓
Papain	50	✓
Pepsin	70	↓
Tyrosinase	25	✓

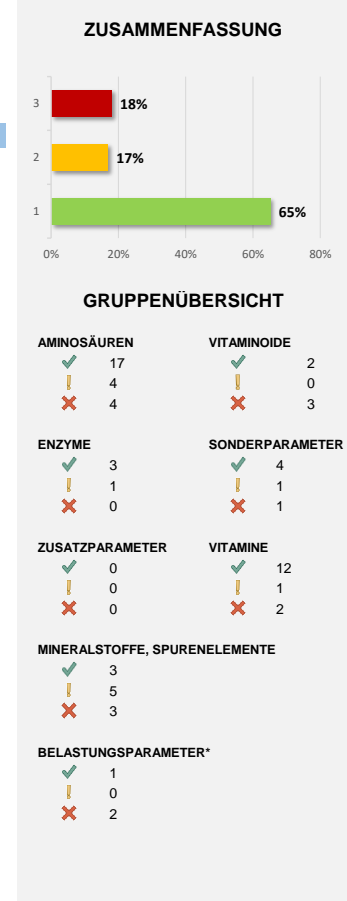
MINERALSTOFFE, SPURENELEMENTE		
Bor	91	✗
Eisen	40	✓
Jod	63	↓
Kalium	16	✓
Selen	72	↓
Calcium	58	✓
Magnesium	82	✗
Chrom	66	↓
Kupfer	81	✗
Mangan	77	↓
Zink	77	↓

SONDERPARAMETER		
Alpha-Liponsäure	95	✗
Chlorid	49	✓
Lutein	1	✓
FP-Probiotika	5	✓
D-Ribose	64	↓
Taurin	45	✓

VITAMINE		
Vit A	0	✓
Vit B15	0	✓
Vit B5	40	✓
Vit B7	53	✓

BEZEICHNUNG	%	PR
Vit D	13	✓
Vit E	21	✓
Vit K2	80	✗
Vit B10	19	✓
Vit B1	82	✗
Vit B12	12	✓
Vit B2	2	✓
Vit B3	23	✓
Vit B6	2	✓
Vit B9	79	↓
Vit C	16	✓

VITAMINOIDE		
Beta-Carotin	82	✗
Cholin	13	✓
Coenzym Q10	80	✗
Quercetin	80	✗
Inositol	38	✓



LEGENDE ZUR O.A. AUSWERTUNG

Abweichung zum Normbedarf lt. feinstofflicher Messung
Belastungsparameter sind mit einem * markiert

	%-Wert	PR
Normal bis leichter Bedarf bzw. Belastung*	0 - 59%	✓
Starker Bedarf bzw. Belastung*	60 - 79%	↓
Sehr starker Bedarf bzw. Belastung*	80 - 100%	✗

HINWEIS

Die Datenermittlung dieser Auswertung erfolgt über eine fachlich erprobte feinstoffliche physikalische Methode. Diese basiert auf einer computergesteuerten Impulsmessung und wird u.a. angewandt bei Elektrokardiogrammen (EKG), Quantenphysik, sowie Biomechanismenmessungen. Die Bewertung dient als Interpretationshilfe ohne Kenntnis Ihres klinischen Hintergrundes. Die ermittelten Daten bieten dem orthomolekular geschulten Arzt oder Therapeuten zusätzliches Informationsmaterial bei Diagnose und Therapie im Umfeld der Mikronährstoffmedizin. Wir raten dringend davon ab, das Messergebnis zum Anlass für eine Selbstmedikation zu nehmen oder gar laufende Therapien abzubrechen. Eine medizinische Diagnose kann nur durch den Arzt erfolgen. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass diese Ergebnisse nicht in die Hände medizinischer Laien gehören und übernehmen keine Haftung, wenn Sie die Ergebnisse der Auswertung zum Anlass nehmen, irgendwelche Maßnahmen zu ergreifen, ohne vorher Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Therapeuten gehalten zu haben. Die Medicross Group GmbH mit Sitz in Lindau (Bodensee) übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung dieses Ergebnisses entstehen.

WENN SIE DER AUFFASSUNG SIND, DASS ES SICH UM EINEN MEDIZINISCHEN NOTFALL HANDELT, RUFEN SIE SOFORT IHREN ARZT ODER DEN NOTRUF AN.



HINWEIS

Ident-Nr.: 348-1008

Sehr geehrter Herr Max Muster,

die Medicross Group legt großen Wert darauf, Wissen verständlich aufzubereiten und an Interessierte weiterzugeben. Dadurch kann es möglich sein, Mikronährstoffe einzusetzen, welche ihre Wirkung optimal entfalten und Sie sinnvoll begleiten können. Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Diese Informationen sind keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen und können eine ärztliche Behandlung nicht ersetzen. Keine der Angaben sollte daher als Erfolgs- oder Heilversprechen verstanden werden. Wir empfehlen Ihnen, sich bei einer Ernährungsumstellung immer zuerst von einem Arzt beraten zu lassen. Ein gesunder Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und genügend Bewegung sowie ein verantwortungsvoller Umgang mit Mikronährstoffen wird vorausgesetzt. Diese Einhaltung unterliegt der Verantwortung des Lesers. Die Medicross Group GmbH mit Sitz in Lindau (Bodensee) übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit, Richtigkeit oder Endgültigkeit der genannten Informationen. Alle Inhalte unterliegen dem Urheberrecht. Falls notwendig, werden wir die unerlaubte Nutzung der Inhalte oder deren Weitergabe an Dritte rechtlich verfolgen.

NÄHRSTOFFBESCHREIBUNG

L-ALANIN



Synonym:	keine
Nährstoffgruppe:	proteinogene Aminosäuren
Vorkommen in der Nahrung:	Rind- und Schweinefleisch, Hühnerei, Reis
Kurzinfo:	Kann den Muskelaufbau fördern Kann die Leistungsfähigkeit im Alter steigern
Mögliche Mangelsymptome:	Muskelabbau, Schwächeanfälle, Haut- und Haarveränderungen

L-HISTIDIN



Synonym:	Histidin
Nährstoffgruppe:	proteinogene Aminosäuren
Vorkommen in der Nahrung:	Sojabohnen, Vollkornmehl, Thunfisch, Fleisch, Lachs, Ei
Kurzinfo:	Unterstützt das Immunsystem Schützt die Nervenzellen
Mögliche Mangelsymptome:	Anämie, Infektanfälligkeit

L-ISOLEUCIN



Synonym:	Isoleucin
Nährstoffgruppe:	essenzielle, verzweigt-kettige Aminosäuren (BCAA)
Vorkommen in der Nahrung:	Huhn, Lachs, Rind
Kurzinfo:	Unterstützt das Muskelwachstum

Mögliche Mangelsymptome: Lustlosigkeit, Muskelschwäche, schlechte Muskelregeneration

L-PROLIN



Synonym: Prolin
Nährstoffgruppe: proteinogene Aminosäuren
Vorkommen in der Nahrung: Sojabohnen, Emmentaler, Vollkornprodukte, Fleisch
Kurzinfo: Schützt die Arterienwände
Kann das Bindegewebe kräftigen
Mögliche Mangelsymptome: Gelenksbeschwerden, vorzeitige Hautalterung, brüchige Knochen

L-THREONIN



Synonym: Threonin
Nährstoffgruppe: essenzielle, proteinogene Aminosäuren
Vorkommen in der Nahrung: Schweine- und Rindfleisch, Seefisch, Kichererbsen, Sojabohnen, Cashewkerne, Haferflocken, Bäckerhefe
Kurzinfo: Unterstützt die Gefäßgesundheit
Schützt die Schleimhäute
Mögliche Mangelsymptome: Infektanfälligkeit, geschwächte Zahnschmelze, vorzeitige Hautalterung, Stimmungsschwankungen

L-VALIN



Synonym: Valin
Nährstoffgruppe: essenzielle, verzweigtkettige Aminosäuren (BCAA)
Vorkommen in der Nahrung: Haselnüsse, Vollkornreis, Eier, Molke, Fleisch
Kurzinfo: Unterstützt den Muskelaufbau
Mögliche Mangelsymptome: Lustlosigkeit, Muskelschwäche, schlechte Muskelregeneration

L-CARNITIN



Synonym: Carnitin
Nährstoffgruppe: Vitaminoide
Vorkommen in der Nahrung: Rind, Lamm, Wild
Kurzinfo: Fördert die Nervenzellregeneration
Steigert die körperliche Leistungsfähigkeit
Kann die Herzfunktion stärken
Fördert die Regeneration von Nervenzellen
Steigert die körperliche Leistungsfähigkeit
Mögliche Mangelsymptome: Fetteinlagerungen im Gewebe, verminderte Leistungsfähigkeit, erhöhte Blutfettwerte

L-THEANIN



Synonym: keine
Nährstoffgruppe: nicht-proteinogene Aminosäuren
Vorkommen in der Nahrung: grüne und schwarze Teeblätter
Kurzinfo: Kann Stress reduzieren
Kann die Schlafqualität verbessern
Kann mentales Wohlbefinden fördern
Mögliche Mangelsymptome: keine bekannt

PEPSIN



Synonym:	keine
Nährstoffgruppe:	Enzyme
Vorkommen in der Nahrung:	Pepsin wird im Magen von Wirbeltieren gebildet
Kurzinfo:	Fördert die Verdauung Unterstützt das Immunsystem
Mögliche Mangelsymptome:	Magenbeschwerden, Verdauungsprobleme

BOR



Synonym:	Borsäure
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Rosinen, Nüsse, Avocado
Kurzinfo:	Unterstützt die natürliche Knochendichte Unterstützt den Mineralstoffwechsel Hat entzündungshemmende Eigenschaften
Mögliche Mangelsymptome:	hormonelle Dysbalancen, verringerte Knochenstabilität

JOD



Synonym:	Iod, Kaliumiodid, Kaliumjodid
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	fettreiche Meeresfische (Kabeljau, Steinbutt), Meeresalgen, jodiertes Speisesalz
Kurzinfo:	Trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei Trägt zur normalen kognitiven Funktion bei Trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
Mögliche Mangelsymptome:	Müdigkeit, Erschöpfung, erhöhtes Kälteempfinden, Verstopfung

SELEN



Synonym:	Se, Selenium, Natriumselenit, Natriumselenit-Pentahydrat
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Fisch, Fleisch, Paranüsse, unverarbeitetes Getreide
Kurzinfo:	Trägt zum Erhalt normaler Haare und Nägel bei Unterstützt die normale Funktion der Schilddrüse Trägt zu einem funktionierenden Immunsystem bei Unterstützt die normale Spermienbildung.
Mögliche Mangelsymptome:	Müdigkeit, Infektanfälligkeit, erhöhte Allergieneigung, Störungen in der Umwandlung von Schilddrüsenhormonen

MAGNESIUM



Synonym:	Magnesiumbisglycinat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumcitrat, Magnesiumgluconat
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Vollkornprodukte, Nüsse, Sesam, Bohnen, Erbsen
Kurzinfo:	Trägt zum Erhalt normaler Zähne und Knochen bei Trägt zur normalen Funktion des Nervensystems und des psychischen Gleichgewichts bei Trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei
Mögliche Mangelsymptome:	geringe Stressresistenz, Herzarrhythmien, Bluthochdruck, Muskelkrämpfe, migräneähnliche Kopfschmerzen

CHROM



Synonym:	Keine
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Kalbsleber, Bierhefe, Weizenkeime
Kurzinfo:	Trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei Trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei
Mögliche Mangelsymptome:	Verschlechterung der Glukosetoleranz, Erhöhung des Gesamtcholesterins

KUPFER



Synonym:	Kupfercitrat, Kupferoxid
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Leber, Niere, Krustentiere, Nüsse, Kakao, Hülsenfrüchte
Kurzinfo:	Trägt zum Erhalt des Bindegewebes bei Trägt zur normalen Haar- und Hautpigmentierung bei Trägt zu einem normalen Eisentransport bei Trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
Mögliche Mangelsymptome:	Störungen der Haut- und Haarpigmentierung, erhöhte Infektanfälligkeit, Anämie

MANGAN



Synonym:	Manganguconat
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Vollkorn, Hülsenfrüchte, grünes Blattgemüse, Wurzeln, Knollen
Kurzinfo:	Trägt zu einem normalen Stoffwechsel bei Trägt zu einer normalen Bindegewebsbildung bei Trägt zum Erhalt der Knochen bei Trägt dazu bei, Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
Mögliche Mangelsymptome:	Gerinnungsstörungen, Wachstumsstörungen, Knorpeldeformation, Hypercholesterinämie

ZINK



Synonym:	ZINKOROTAT-DIHYDRAT
Nährstoffgruppe:	Mineralstoffe, Spurenelemente
Vorkommen in der Nahrung:	Fleisch, Innereien, Austern, Fisch, Eier, Milchprodukte
Kurzinfo:	Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei Trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei Trägt zu einernormalen Fruchtbarkeit und Reproduktion bei Trägt zu einem normalen Fettsäure-, Kohlenhydrat- und Vitamin A-Stoffwechsel bei Trägt zum Erhalt normaler Knochen sowie normaler Sehkraft bei Trägt zum Erhalt einer normalen Funktion des Immunsystems bei Trägt zu einer normalen Eiweiß- und DNA-Synthese bei Trägt zum Erhalt normaler Haare, Haut und Nägel bei
Mögliche Mangelsymptome:	Haarausfall, brüchige, weißfleckige Nägel, Konzentrationsstörungen, Infektanfälligkeit

ALPHA-LIPONSÄURE



Synonym:	Thioctsäure
Nährstoffgruppe:	
Vorkommen in der Nahrung:	Leber, Herz, Niere, Spinat, Brokkoli, Tomaten, Hefe

Kurzinfo:	Schützt die Leber Unterstützt die Entgiftung und Schwermetallausleitung Hat einen positiven Einfluss auf den Glukosestoffwechsel
Mögliche Mangelsymptome:	Laktat- und Pyruvatanstieg Bei Diabetikern: Hyperglykämische Polyneuropathien, Angiopathien und Nephropathien

D-RIBOSE



Synonym:	Ribose
Nährstoffgruppe:	Kohlenhydrate
Vorkommen in der Nahrung:	in allen tierischen und pflanzlichen Zellen
Kurzinfo:	Unterstützt die allgemeine Leistungsfähigkeit Kann die Muskelkraft steigern
Mögliche Mangelsymptome:	Erschöpfung, Muskelschmerzen

VIT K2



Synonym:	Vitamin K, Menachinon
Nährstoffgruppe:	Vitamine
Vorkommen in der Nahrung:	Rind- und Hühnerfleisch, Brokkoli, Rosenkohl, Spinat
Kurzinfo:	Sorgt für eine normale Blutgerinnung Trägt zum Erhalt gesunder Knochen bei
Mögliche Mangelsymptome:	erhöhte Blutungsneigung, Verlängerung der Blutgerinnungszeit, Abnahme der Knochendichte

VIT B1



Synonym:	Thiamin, Thiaminmononitrat
Nährstoffgruppe:	Vitamine
Vorkommen in der Nahrung:	Vollkorngetreide, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Nüsse, Innereien
Kurzinfo:	Trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei Trägt zu einer normalen Funktion des Herzens und der Nerven bei Trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
Mögliche Mangelsymptome:	Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Reizbarkeit, allgemeine Energielosigkeit, Fußbrennen

VIT B9



Synonym:	Folsäure, Folat
Nährstoffgruppe:	Vitamine
Vorkommen in der Nahrung:	Hefe, Weizenkeime, dunkelgrünes Blattgemüse (Grünkohl, Spinat), Geflügel- und Kalbsleber
Kurzinfo:	Trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei Trägt zu einer normalen Blutbildung bei Trägt zu einem normalen Homocysteinestoffwechsel bei Trägt zu einer normalen Aminosäuresynthese bei Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei Trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei
Mögliche Mangelsymptome:	

BETA-CAROTIN



Synonym:	Provitamin A
-----------------	--------------

Nährstoffgruppe:	Vitamine, Antioxidantien
Vorkommen in der Nahrung:	gelbes Gemüse und Obst (Karotten, Kürbis, Mango etc.), dunkelgrünes Gemüse (Spinat, Brokkoli, Löwenzahn etc.)
Kurzinfo:	Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei Trägt zum Erhalt der Sehkraft, Haut und Schleimhaut bei
Mögliche Mangelsymptome:	Infektanfälligkeit, trockene Haut, Nachtblindheit

COENZYM Q10



Synonym:	Ubiquinol, Ubiquinon, Q10
Nährstoffgruppe:	Vitamine
Vorkommen in der Nahrung:	Sardinen, Makrelen, Walnüsse, Sojabohnen
Kurzinfo:	Stärkt das Immunsystem Kann Migränesymptome mindern Kann die Spermienqualität verbessern
Mögliche Mangelsymptome:	Bluthochdruck, Arrhythmien

QUERCETIN



Synonym:	keine
Nährstoffgruppe:	Vitamine, pflanzliche Wirkstoffe
Vorkommen in der Nahrung:	dunkle Früchte (Kirschen, Trauben), Petersilie, Salbei, Ginkgo
Kurzinfo:	Hat eine antioxidative Wirkung Kann das Immunsystem stärken Kann die Wundheilung verbessern
Mögliche Mangelsymptome:	keine bekannt