



# Vital Check

## Patientenbericht



# Vital Check

## INHALT

1. Patientenidentifikationsdaten
2. Genetische Ergebnisseübersicht
  - 2.1. Morphologische Genetik zur Gewichtskontrolle
  - 2.2. Verhaltensgenetik der Nahrungsaufnahme
  - 2.3. Geschmacksempfindlichkeiten
  - 2.4. Fettmetabolismus
  - 2.5. Lipidmetabolismus
  - 2.6. Kohlenhydratmetabolismus
  - 2.7. Glucosemetabolismus
  - 2.8. Effizienz sportlicher Aktivitäten
  - 2.9. Unausgewogenheit bei Entgiftung
  - 2.10. Unverträglichkeit
  - 2.11. Hormone
  - 2.12. Entzündung
  - 2.13. Vitamine
  - 2.14. Mineralien
  - 2.15. Wirksamkeit von Diäten
3. Empfohlener Ernährungsplan
4. Empfohlene Ergänzungen
5. Vollständige genetische Ergebnisse
6. Methodik
7. Verweise

## Patientenidentifikationsdaten

1

Name und Nachname des Patienten —●— **MedVital Patient Demo**  
 Geburtsdatum —●— **04-01-1993**  
 Geschlecht —●— **Mann**  
 Beispielstyp —●— **Schleimhaut bukkal**  
 Beispielcode —●— **NUT30939AA**  
 Beispieldatum —●— **21-05-2026**  
 Berichtsdatum —●— **21-05-2026**

Name und Nachname des Arztes —●— **Medvital Demo Doctor**  
 E-Mail-Adresse —●— **medvitaldemo@doctor.com**  
 Telefon —●— **1111**

### HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Medvital & Partners führt auf Anfrage von medizinischem Fachpersonal genetische Tests anhand biologischer Proben durch, die von diesem Fachpersonal Patienten entnommen wurden. Unsere Tests ersetzen weder eine medizinische Beratung noch eine Diagnose oder Behandlung und dürfen auch nicht als solche interpretiert werden. Nur medizinisches Fachpersonal kann die Testergebnisse auf Grundlage seiner Kenntnisse der Patientenakten und anderer relevanter Faktoren interpretieren und in eigener Verantwortung eine Diagnose stellen oder eine Behandlung verschreiben. Wir übernehmen keine Haftung für die Verwendung oder Interpretation der Testergebnisse durch das den Test anfordernde medizinische Fachpersonal. Medvital & Partners behalten sich ausdrücklich rechtliche Schritte im Falle einer unsachgemäßen, fahrlässigen oder fehlerhaften Verwendung oder Interpretation der Testergebnisse vor. Es liegt in der Verantwortung des den Test anfordernden medizinischen Fachpersonals, dem Patienten die nach geltendem Recht erforderliche genetische Beratung zu gewährleisten. Da Medvital & Partners keinen Zugriff auf personenbezogene Daten des Patienten haben, von dem die Probe stammt, ist das den Test anfordernde medizinische Fachpersonal für die Einhaltung der geltenden Datenschutzgesetze und -bestimmungen verantwortlich.



Fagron Genomics,  
 SRN: ES-MF-000001092  
 C/ de les Cosidores, 150  
 08226 Terrassa, Barcelona (Spain)



IVDD  
 Self-Declared  
 98/79/EC

**REF** FGMS-Nutri

**IVD** In Vitro Diagnostic MedicalDevice

**UDI** 8437024682FGMS-NutriVC

## Genetische Ergebnisseübersicht

2

### 2.1. Morphologische Genetik zur Gewichtskontrolle

**68.74%** Mittel-niedrige genetische Veranlagung zu Übergewicht. Im Falle von Übergewicht oder Adipositas wird es hauptsächlich durch unausgewogene Ernährungsgewohnheiten verursacht.



**Genetische Anfälligkeit für Übergewicht/Adipositas**  
**Anfälligkeit für Jojo-Effekt**  
**Anfälligkeit für erhöhten BMI**  
**Grundumsatz (Prädisposition für Kalorienverbrennung)**  
**Fähigkeit zu Gewichtsverlust bei diätischen Maßnahmen**

### 2.2. Verhaltensgenetik der Nahrungsaufnahme

**73.16%** Mittelschwache Dysregulation des Nahrungsaufnahmeverhaltens. Leichte Veranlagung zu Übergewicht. Bei übermäßiger Menge oder zwanghafter Aufnahme sollten Strategien zur Verringerung der Angst in Betracht gezogen werden.



**Appetit und Angstrisiko**  
**Sättigungsgefühl**

### 2.3. Geschmacksempfindlichkeiten

**66.44%** Geringfügig erhöhte Geschmacksempfindlichkeit. Es werden keine wesentlichen Auswirkungen auf die Ernährung vorhergesagt.



**Empfindlichkeit für bitteren Geschmack**  
**Salzempfindlichkeit**  
**Appetit auf Süßes**

### 2.4. Fettmetabolismus

**84.22%** Normale Fettverbrennungskapazität. Eine gesunde Fettaufnahme sollte kein Grund für Übergewicht sein.



**Reaktion auf einfach ungesättigte Fette („MUFAs“)**  
**Reaktion auf mehrfach ungesättigte Fette („PUFAs“)**  
**Reaktion auf Fettaufnahme zur Verbesserung des HDL-Spiegels**

### 2.5. Lipidmetabolismus

**39.87%** Beeinträchtigung des Fettstoffwechsels. Cholesterin- und Triglyceridspiegel können bei der Blutanalyse unregelmäßige Ergebnisse zeigen. Spezifische LDL- oder HDL-Behandlungen werden empfohlen. Erhöhtes kardiovaskuläres Risiko.



**Prädisposition zu reduziertem HDL-Spiegel**  
**Prädisposition für erhöhten Triglycerid-Spiegel**  
**Prädisposition für erhöhte LDL-Oxidation**  
**Risiko für erhöhten LDL-Cholesterin-Spiegel**  
**Risiko eines unausgewogenen Triglycerid/HDL-Verhältnisses**

### 2.6. Kohlenhydratmetabolismus

**25.79%** Negativer Kohlenhydratstoffwechsel: Die Aufnahme von Kohlenhydrate führt zu einer Dysregulation des Cholesterinspiegels sowie zu einer erhöhten Kalorien- und Fettaufnahme. Die Beseitigung von raffinierten Kohlenhydraten ist dringend erforderlich. Gehen Sie zu Vollkorn-Kohlenhydraten über und reduzieren Sie die Menge.



**Fähigkeit zum Verdauen von stärkehaltigen Lebensmitteln**  
**Empfindlichkeit für raffinierte Kohlenhydrate**  
**Kohlenhydrate und HDL-Spiegel**  
**Prädisposition**  
**Kohlenhydrate und LDL-Spiegel**

## INDIKATIONEN

■ Positiver Effekt ■ Effekt mit mittlerer Position ■ Mittelschwerer Effekt ■ Negativer Effekt

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Genetische Ergebnisseübersicht

2

### 2.7. Glucosemetabolismus

**54.94%** Leicht beeinträchtigter Glucosestoffwechsel. Erhöhtes Risiko für Typ-II-Diabetes.



**Risiko für erhöhten Glucosespiegel im Plasma nach einer Fastenkur**

**Risiko für Insulinresistenz**

**Risiko für Typ-II-Diabetes**

### 2.8. Effizienz sportlicher Aktivitäten

**22.22%** Sehr geringe Wirksamkeit von Sport zur Reduzierung des Körperfetts und zur Regulierung des Cholesterinspiegels. Starke diätetische Interventionen können die beste Option sein.



**Positive Auswirkungen von Ausdauersport auf den Ausgleich des HDL-Spiegels**

**Sport zur Reduzierung des Körperfetts**

### 2.9. Unausgewogenheit bei Entgiftung

**65.57%** Leicht reduzierte Entgiftungskapazität. Versuchen Sie, die toxische Exposition und Aufnahme zu verringern.



**Fähigkeit zur Antioxididierung**

### 2.10. Unverträglichkeit

#### LACTOSE



**Lactoseintoleranz. Gehen Sie zu einer lactosefreien Diät über.**

#### GLUTEN



**Kein zusätzliches Risiko für Zöliakie.**

#### FRUCTOSE



**Geringes Risiko für Fructoseintoleranz.**

#### CAFFEINE



**Mittlere Geschwindigkeit des Koffeinstoffwechsels.**

#### ALCOHOL



**Normales Risiko einer Alkoholtoxizität aufgrund eines normalen Stoffwechsels.**

### INDIKATIONEN

**■ Positiver Effekt** **■ Effekt mit mittlerer Position** **■ Mittelschwerer Effekt** **■ Negativer Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Genetische Ergebnisseübersicht

2

### 2.11. Hormone

LEP

■ **Veranlagung für erhöhte Leptinspiegel, die zu einer Sättigung von Leptinempfänger führen, die zu einem erhöhten Risiko für übermäßiges Essen und einer geringeren Fettverbrennung führen kann.**

NAMPT

■ **Veranlagung zu leicht erhöhten Zirkulationsspiegeln Visfatin erhöht das Risiko einer Akute - Entzündungsreaktion.**

GHSR

■ **Veranlagung zu leicht reduzierten Ghrelinrezeptor -Expression (GHSR), die das Nettsignal durch die Ghrelinbindung senken kann. Der Slight -Appetit erhöhte sich, erhöhte Wärmeverbrauch und Fettspeicher.**

ADIPOQ

■ **Erhöhte Veranlagung zu niedrigeren Adiponektin -Plasma -Spiegeln, die zu einem erhöhten Entzündungsprozess, einer Lipid - Abnormalität und der Beleginsistenz führt.**

ADIPOQ

■ **Hohe Veranlagung zu lauter Adiponektin -Plasmaspiegel, der zu einem erhöhten Entzündungsprozess, Lipidanomalien und Insulinresistenz führt.**



### 2.12. Entzündung

TNF-α

■ **Prädisposition zu durchschnittlichen TNF-alpha-Spiegeln.**

IL-6

■ **Prädisposition für stark erhöhte IL-6-Spiegel. Entzündungsfördernd.**

IL-10

■ **Prädisposition für mittlere Spiegel des entzündungshemmenden Zytokins IL-10.**



### INDIKATIONEN

■ **Positiver Effekt**

■ **Effekt mit mittlerer Position**

■ **Mittelschwerer Effekt**

■ **Negativer Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Genetische Ergebnisseübersicht

2

### 2.13. Vitamine

Vitamin A

**A**

■ **Geringes Risiko für Vitamin-A-Mangel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung oder erhöhen Sie diese leicht.

Vitamin B6

**B<sup>6</sup>**

■ **Normaler Vitamin B6-Stoffwechsel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung.

Vitamin B9  
(Folat)

**B<sup>9</sup>**

■ **Hohes Risiko für Folatmangel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung. Es wird dringend empfohlen, mit L-Methylfolat zu ergänzen, da die Fähigkeit zur Aktivierung von Folsäure nahezu null ist. Es wirkt sich auch auf niedrigere B12-Spiegel aus, wenn niedrige Folatspiegel aktiv sind.

Vitamin B12

**B<sup>12</sup>**

■ **Hohes Risiko für Vitamin B12-Mangel.** Erhöhen Sie die tägliche Aufnahme von Vitamin B12. Supplementierung wäre zu bewerten.

Vitamin C

**C**

■ **Mittleres Risiko für Vitamin C-Mangel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung. Supplementierungsstrategien könnten von Interesse sein.

Vitamin D

**D**

■ **Geringes Risiko für Vitamin-D-Mangel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung.

Vitamin E

**E**

■ **Hohes Risiko für Vitamin E-Mangel.** Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung. Ergänzungsstrategien wären zu empfehlen.

### 2.14. Mineralien

CALCIUM



**Risiko für Calcium-Malabsorption**

■ **Mittel-geringes angeborenes Risiko für Calcium-Malabsorption.**

**Prädisposition zur Fehlsteuerung des Calciumspiegels**

■ **Kein zusätzliches Risiko eines dysregulierten Calciumplasmaspiegels.**

IRON



**Risiko für Eisenüberladung**

■ **Kein zusätzliches Risiko einer Eisenüberladung.**

**Risiko für niedrigen Eisenspiegel im Plasma**

■ **Ein gewisses Risiko für eine geringere Eisenübertragung, nur wenn die Eisenaufnahme gering ist. Achten Sie auf die tägliche Verzehrsempfehlung.**

MAGNESIUM



**Prädisposition zu dysreguliertem Magnesium-Spiegel**

■ **Mittleres Risiko eines dysregulierten Magnesiumplasmaspiegels.**

SELENIUM



**Prädisposition zu dysreguliertem Selen Spiegel**

■ **Kein zusätzliches Risiko eines dysregulierten Selenplasmaspiegels.**

SALT



**Natriumempfindlichkeit**

■ **Normale Natriumempfindlichkeit: kein erhöhtes Blutdruckrisiko durch Salzkonsum.**

### INDIKATIONEN

■ **Positiver Effekt**

■ **Effekt mit mittlerer Position**

■ **Mittelschwerer Effekt**

■ **Negativer Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Genetische Ergebnisseübersicht

2

### 2.15. Wirksamkeit von diäten

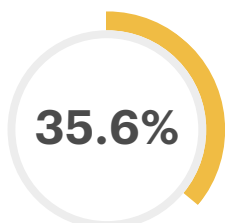


■ 75% - 100%  
Hohe wirksamkeit

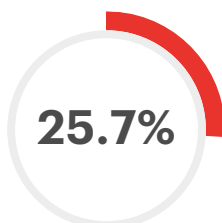
■ 50% - 75%  
Mittelhohe wirksamkeit

■ 25% - 50%  
Wirksamkeitsmedium

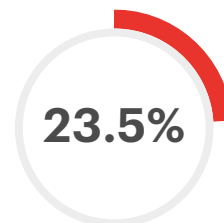
■ 0% - 25%  
Geringe wirksamkeit



Effizienz einer fettarmen Diät



Effizienz einer kalorienarmen Diät



Effizienz einer kohlenhydratarmen Diät

## Empfohlener Ernährungsplan

3



Die effektivste Ernährung für Ihren Patienten nach der genetischen Analyse wäre

**FETTARM**  
INTEGRIERTER ERNÄHRUNGSPLAN

Überprüfen Sie die Essensliste  
für dich empfohlen



## Empfohlene Ergänzungen

4

### Die Ergänzungsmittel empfohlen

Maßnahmen gegen Übergewicht und Alterung werden in 3 Phasen unterteilt



#### ENTGIFTUNG



#### DARM



#### ERGÄNZUNG

| Entgiftung<br>(Oxidation)<br>30 Tage                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Entgiftung<br>(Konjugation)<br>30 Tage                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Transport<br>Ausscheidung<br>30 Tage                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Prävention, Aufrechterhaltung<br>optimale Ernährung<br>3-6 Monate                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubiquone®</li> <li>• Reduziertes Glutathion</li> <li>• Brocophanus®</li> <li>• Resveratrol</li> <li>• ResviTech</li> <li>• Pinus pinaster Trockenextrakt standardisiert</li> <li>• Silybin®</li> <li>• Greenselecttm (Grüne Teeextrakt)</li> <li>• Grüner Tee Extrakt</li> <li>• Chrysin</li> <li>• Granatapfel-Trockenextrakt (40 % Ellagsäure)</li> <li>• Lycopin</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Citrimax®</li> <li>• Magnesium</li> <li>• CUREIT®</li> <li>• N-Acetylcystein</li> <li>• Vitamin B12</li> <li>• Citrusim®</li> <li>• Reduziertes Glutathion</li> <li>• Vitamin D3 (Cholecalciferol)</li> <li>• Brocophanus®</li> <li>• Resveratrol</li> <li>• ResviTech</li> <li>• Silybin®</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Artischocken-Trockenextrakt (Cynara scolymus)</li> <li>• CUREIT®</li> <li>• Lactobacillus salivarius</li> <li>• Lactobacillus acidophilus</li> <li>• Bifidobacterium infantis</li> <li>• Bifidobacterium longum</li> <li>• Lactobacillus plantarum</li> <li>• Lactobacillus lactis</li> <li>• Bromelain</li> <li>• Betain (Trimethylglycin)</li> <li>• Grapefruit-Trockenextrakt (Citrus paradisi), standardisiert 5 % Flavone</li> <li>• Gummi arabicum (Gummi arabicum)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akkermat</li> <li>• Citrimax®</li> <li>• Magnesium</li> <li>• SilanoX</li> <li>• Eisen (Sulfat, Gluconat, Fumarat und Chelat)</li> <li>• Siliciumx® -Pulver</li> <li>• Glucosamin</li> <li>• Metabody</li> <li>• N-Acetylcystein</li> <li>• Vitamin B12</li> <li>• Citrusim®</li> <li>• Calcium (Gluconat, Citrat, Chelat oder Carbonat)</li> </ul> |

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.1. Morphologische Genetik zur Gewichtskontrolle

|                                                                                  | GENETISCHES RISIKO                                                                                                     | MARKER | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>Genetische Anfälligkeit für Übergewicht/Adipositas</b><br><b>MITTEL HOHE RISIKO FÜR ÜBERGEWICHT/FETTLLEIBIGKEIT</b> | MC4R   | rs2229616  | CC             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | SH2B1  | rs7498665  | AA             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | FTO    | rs9939609  | AT             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | FTO    | rs1121980  | AG             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | MC4R   | rs17700633 | GA             |    |
|                                                                                  | <b>Anfälligkeit für Jojo-Effekt</b><br><b>MITTLERER-GERINGER REBOUND-EFFEKT</b>                                        | ADIPOQ | rs17300539 | AG             |    |
|                                                                                  | <b>Anfälligkeit für erhöhten BMI</b><br><b>MITTEL-NIEDRIGER RISIKO, BMI ZU ERHÖHEN</b>                                 | MC4R   | rs12970134 | GA             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | MC4R   | rs17782313 | CT             |    |
|                                                                                  |                                                                                                                        | SH2B1  | rs4788102  | GG             |    |
|                                                                                  | <b>Grundumsatz (Prädisposition für Kalorienverbrennung)</b><br><b>HOCHBRENNER IN RUHE</b>                              | FABP2  | rs1799883  | CC             |  |
|                                                                                  |                                                                                                                        | LEPR   | rs2025804  | GA             |  |
|                                                                                  | <b>Fähigkeit zu Gewichtsverlust bei diätischen Maßnahmen</b><br><b>SCHNELLER GEWICHTSVERLUST</b>                       | ACSL5  | rs2419621  | TT             |  |

### INDIKATIONEN

 **Negativer Effekt**

 **Effekt mit mittlerer Position**

 **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.2. Verhaltensgenetik der Nahrungsaufnahme



| GENETISCHES RISIKO                                                    | MARKER | ORT       | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|-----------|----------------|---------------|
| Appetit und Angstrisiko<br><b>NORMALES APPETTITE- UND ANGSTRISIKO</b> | COMT   | rs4680    | AA             | ■             |
|                                                                       | NMB    | rs1051168 | GG             | ■             |
|                                                                       | DRD2   | rs1800497 | GG             | ■             |
|                                                                       | MC4R   | rs2229616 | CC             | ■             |
|                                                                       | DRD2   | rs6277    | AG             | ■             |
| Sättigungsgefühl<br><b>LEICHT GERINGERE SÄTTIGUNG</b>                 | FTO    | rs9939609 | AT             | ■             |

### 2.3. Geschmacksempfindlichkeiten



| GENETISCHES RISIKO                                                                         | MARKER  | ORT       | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------|----------------|---------------|
| Empfindlichkeit für bitteren Geschmack<br><b>NORMALE BITTERE GESCHMACKSEMPFINDLICHKEIT</b> | TAS2R38 | rs1726866 | AG             | ■             |
|                                                                                            | TAS2R38 | rs713598  | CG             | ■             |
| Salzempfindlichkeit<br><b>GERINGE SALZSENSITIVITÄT</b>                                     | ACE     | rs4343    | AA             | ■             |
| Appetit auf Süßes<br><b>SEHR ERHÖHEN SIE DIE SÜSSE PRÄFERENZ</b>                           | SLC2A2  | rs5400    | AG             | ■             |

### INDIKATIONEN

■ **Negativer Effekt**

■ **Effekt mit mittlerer Position**

■ **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.4. Fettmetabolismus



| GENETISCHES RISIKO                                                                                                        | MARKER | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------|----------------|---------------|
| <b>Reaktion auf einfach ungesättigte Fette („MUFAs“)</b><br><b>SCHELLER MUFA-METABOLISMUS</b>                             | ADIPOQ | rs17300539 | AG             |               |
| <b>Reaktion auf mehrfach ungesättigte Fette („PUFAs“)</b><br><b>SCHELLER PUFA-METABOLISMUS</b>                            | PPARG  | rs1801282  | CC             |               |
|                                                                                                                           | FADS1  | rs174547   | TT             |               |
| <b>Reaktion auf Fettaufnahme zur Verbesserung des HDL-Spiegels</b><br><b>MEDUM-HOHE VORTEILE ZUR VERBESSERUNG DER HDL</b> | LIPC   | rs1800588  | CT             |               |

### INDIKATIONEN

**Negativer Effekt**

**Effekt mit mittlerer Position**

**Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.5. Lipidmetabolismus

| GENETISCHES RISIKO                                                                                      | MARKER | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------|----------------|---------------|
| <b>Prädisposition zu reduziertem HDL-Spiegel</b><br><b>REDUZIERTER HDL-SPIEGEL</b>                      | APOA5  | rs662799   | AA             | ■             |
|                                                                                                         | CETP   | rs5883     | CC             | ■             |
| <b>Prädisposition für erhöhten Triglycerid-Spiegel</b><br><b>STARK ERHÖHTE TRIGLYCERIDE</b>             | PPARG  | rs1801282  | CC             | ■             |
| <b>Prädisposition für erhöhte LDL-Oxidation</b><br><b>STARK ERHÖHTE LDL-OXIDATION</b>                   | APOB   | rs676210   | GG             | ■             |
| <b>Risiko für erhöhten LDL-Cholesterin-Spiegel</b><br><b>ERHÖHTE LDL-SPIEGEL</b>                        | CELSR2 | rs12740374 | GG             | ■             |
|                                                                                                         | HNF1A  | rs2650000  | CC             | ■             |
|                                                                                                         | LDLR   | rs6511720  | GG             | ■             |
|                                                                                                         | ABCG8  | rs6544713  | CC             | ■             |
| <b>Risiko eines unausgewogenen Triglycerid/HDL-Verhältnisses</b><br><b>NORMALES TG / HDL-VERHÄLTNIS</b> | HMGCR  | rs3846663  | CC             | ■             |

### INDIKATIONEN

■ **Negativer Effekt**

■ **Effekt mit mittlerer Position**

■ **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.6. Kohlenhydratmetabolismus



| GENETISCHES RISIKO                                                                                     | MARKER    | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------|----------------|---------------|
| Fähigkeit zum Verdauen von stärkehaltigen Lebensmitteln<br><b>REDUZIerte STÄRKEVERDAUUNG</b>           | AMY1-AMY2 | rs11577390 | CC             |               |
|                                                                                                        | AMY1      | rs4244372  | TT             |               |
| Empfindlichkeit für raffinierte Kohlenhydrate<br><b>SEHR HOHE KOHLENHYDRATEMPFINDLICHKEIT</b>          | FABP2     | rs1799883  | CC             |               |
| Kohlenhydrate und HDL-Spiegel Prädisposition<br><b>MITTEL-NIEDRIGER RISIKO EINER HDL-DYSREGULATION</b> | KCTD10    | rs10850219 | CG             |               |
| Kohlenhydrate und LDL-Spiegel<br><b>HOHES RISIKO FÜR LDL - DYSREGULATION</b>                           | MMAB      | rs2241201  | CG             |               |

### INDIKATIONEN

**Negativer Effekt**

**Effekt mit mittlerer Position**

**Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.7. Glucosemetabolismus



| GENETISCHES RISIKO                                                                                                                            | MARKER         | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------|----------------|---------------------------------------|
| <b>Risiko für erhöhten<br/>Glucosespiegel im Plasma nach<br/>einer Fastenkur</b><br><br><b>NIEDRIGES RISIKO VON HOHEN<br/>GLUCOSESPIEGELN</b> | PLIN1          | rs2289487  | TT             | <span style="color: green;">■</span>  |
|                                                                                                                                               | GHSR           | rs490683   | GC             | <span style="color: orange;">■</span> |
| <b>Risiko für Insulinresistenz</b><br><br><b>MITTEL-NIEDRIGE<br/>INSULINRESISTENZ</b>                                                         | PPARG          | rs1801282  | CC             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | ADIPOQ         | rs17300539 | AG             | <span style="color: orange;">■</span> |
|                                                                                                                                               | TCF7L2         | rs7903146  | CC             | <span style="color: green;">■</span>  |
|                                                                                                                                               | FTO            | rs9939609  | AT             | <span style="color: orange;">■</span> |
|                                                                                                                                               | FTO            | rs1121980  | AG             | <span style="color: orange;">■</span> |
| <b>Risiko für Typ-II-Diabetes</b><br><br><b>MITTEL-HOHES DIABETES TYP-II<br/>RISIKO</b>                                                       | PPARG          | rs1801282  | CC             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | PLIN1          | rs2289487  | TT             | <span style="color: green;">■</span>  |
|                                                                                                                                               | TCF7L2         | rs7903146  | CC             | <span style="color: green;">■</span>  |
|                                                                                                                                               | FTO            | rs9939609  | AT             | <span style="color: orange;">■</span> |
|                                                                                                                                               | MC4R           | rs17700633 | GA             | <span style="color: orange;">■</span> |
|                                                                                                                                               | CDKN2A/B       | rs10811661 | TT             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | KCNQ1          | rs2237892  | CC             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | CDKN2A, CDKN2B | rs2383208  | AA             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | CDKAL1         | rs7756992  | AG             | <span style="color: red;">■</span>    |
|                                                                                                                                               | TCF7L2         | rs7901695  | TT             | <span style="color: green;">■</span>  |

### INDIKATIONEN

■ **Negativer Effekt**

■ **Effekt mit mittlerer Position**

■ **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.8. Effizienz sportlicher Aktivitäten



Positive Auswirkungen von  
Ausdauersport auf den  
Ausgleich des HDL-Spiegels

**VARIIEREN NIEDRIGE VORTEILE  
VON DER AUSÜBUNG ZUR  
VERBESSERUNG DER HDL**

PPARD

rs2016520

TT



Sport zur Reduzierung des  
Körperfetts

**MEDIUM-NIEDRIGER NUTZEN  
VON BEWEGUNG ZUR  
REDUZIERUNG VON FETT**

FTO

rs9939609

AT



FTO

rs1121980

AG



LIPC

rs1800588

CT



LEP

rs7799039

AA



### 2.9. Unausgewogenheit bei Entgiftung



Fähigkeit zur Antioxidierung

**LEICHT REDUZIERT  
ANTIOXIDIERUNGSFÄHIGKEIT**

GPX1

rs1050450

GA



NQO1

rs1800566

AG



COMT

rs4680

AA



SOD2

rs4880

GG



CYP1B1

rs1056836

CG



CYP1A1

rs1048943

TT



GSTP1

rs1695

AA



### INDIKATIONEN

**Negativer Effekt**

**Effekt mit mittlerer Position**

**Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.10. Unverträglichkeit

|                                                                                     | GENETISCHES RISIKO                                                  | MARKER    | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------|------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    | Risiko für Lactoseintoleranz                                        | MCM6      | rs182549   | CC             |    |
|                                                                                     | <b>LACTOSEINTOLERANZ</b>                                            | MCM6      | rs4988235  | GG             |    |
|    | Risiko für Zöliakie<br><b>KEIN ZUSÄTZLICHES RISIKO FÜR ZÖLIAKIE</b> | HLA-DQ2.5 | rs2187668  | CC             |    |
|                                                                                     |                                                                     | HLA-DQ7.5 | rs4639334  | GG             |    |
|                                                                                     |                                                                     | HLA-DQ2.2 | rs2395182  | GT             |    |
|                                                                                     |                                                                     | HLA-DQ2.2 | rs4713586  | AA             |    |
|                                                                                     |                                                                     | HLA-DQ8   | rs7454108  | TT             |    |
|                                                                                     |                                                                     | HLA-DQ2.2 | rs7775228  | TT             |    |
|    | Risiko für Fructoseintoleranz                                       | ALDOB     | rs1800546  | CC             |    |
|                                                                                     | <b>GERINGES RISIKO FÜR FRUCTOSEINTOLERANZ</b>                       | ALDOB     | rs76917243 | GG             |    |
|  | Koffeinmetabolismus                                                 | CYP1A1    | rs2470893  | CC             |  |
|                                                                                     | <b>MÄßIG SCHNELLER KOFFEIN METABOLISMUS</b>                         | CYP1A2    | rs762551   | AA             |  |
|  | Alkoholstoffwechsel                                                 | ALDH2     | rs671      | GG             |  |
|                                                                                     | <b>NORMALER ALKOHOLMETABOLISMUS</b>                                 |           |            |                |                                                                                       |

### INDIKATIONEN

 **Negativer Effekt**

 **Effekt mit mittlerer Position**

 **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

Vollständige genetische Ergebnisse

2.11. Hormone

|  | GENETISCHES RISIKO                                                             | MARKER           | ORT                    | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|--|--------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------|----------------|---------------|
|  | Leptin<br><b>HOHES RISIKO FÜR DEKAUTE LEPTINSPIEGEL</b>                        | LEP              | rs7799039              | AA             |               |
|  | Visfatin<br><b>MITTEL-NIEDRIGER RISIKO FÜR UNGLAUBLICHE VISFATINSPIEGEL</b>    | NAMPT            | rs9770242              | AC             |               |
|  | Ghrelin<br><b>GHSR-EXPRESSION MIT NIEDRIGEM GHRELINREZEPTOR (GHSR)</b>         | GHSR             | rs490683               | GC             |               |
|  | Adiponectin<br><b>MITTEL HOHE RISIKO VON VERZEICHNETEN ADIPONEKTINSPIEGELN</b> | ADIPOQ<br>ADIPOQ | rs1501299<br>rs2241766 | GT<br>TT       | <br>          |

2.12. Entzündung

|  | GENETISCHES RISIKO                                                                               | MARKER | ORT       | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|----------------|---------------|
|  | TNF-α<br><b>NIEDRIGES RISIKO FÜR DYSREGULIERTE TNF-A-SPIEGEL.</b>                                | TNF-α  | rs1800629 | GG             |               |
|  | IL-6<br><b>EIN HOHES RISIKO FÜR ERHÖHUNG DER IL-6-SPIEGEL</b>                                    | IL-6   | rs1800795 | GG             |               |
|  | IL-10<br><b>MEDUM-NIEDRIGES RISIKO VON VERZEICHNETEN ANTIINFLAMMATORY-ZYTOKIN-IL-10-SPIEGELN</b> | IL-10  | rs1800896 | TC             |               |

INDIKATIONEN

**Negativer Effekt**

**Effekt mit mittlerer Position**

**Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.13. Vitamine

|            | GENETISCHES RISIKO                                                                 | MARKER     | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS                                                                         |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A</b>   | <b>Vitamin A</b><br><b>MITTLERES - GERINGES RISIKO<br/>EINES VITAMIN A MANGELS</b> | BCMO1      | rs12934922 | AT             |    |
|            |                                                                                    | BCMO1      | rs7501331  | CT             |    |
| <b>B6</b>  | <b>Vitamin B6</b><br><b>GERINGES RISIKO EINES<br/>VITAMIN B6 MANGELS</b>           | NBPF3      | rs4654748  | TT             |    |
| <b>B9</b>  | <b>Vitamin B9 (Folat)</b><br><b>HOHES RISIKO EINES VITAMIN<br/>B9 MANGELS</b>      | MTHFR      | rs1801133  | AA             |    |
| <b>B12</b> | <b>Vitamin B12</b><br><b>HOHES RISIKO EINES VITAMIN<br/>B12 MANGELS</b>            | FUT2       | rs602662   | GG             |    |
| <b>C</b>   | <b>Vitamin C</b><br><b>MITTLERES - HOHES RISIKO<br/>EINES VITAMIN C MANGELS</b>    | SLC23A2    | rs1279683  | GG             |  |
|            |                                                                                    | SLC23A1    | rs33972313 | CC             |  |
| <b>D</b>   | <b>Vitamin D</b><br><b>MITTLERES - GERINGES RISIKO<br/>EINES VITAMIN D MANGELS</b> | GC         | rs2282679  | TT             |  |
|            |                                                                                    | CYP2R1     | rs10741657 | GG             |  |
|            |                                                                                    | NADSYN1    | rs12785878 | TT             |  |
|            |                                                                                    | CYP2R1     | rs2060793  | GG             |  |
|            |                                                                                    | NADSYN1    | rs3829251  | GG             |  |
| <b>E</b>   | <b>Vitamin E</b><br><b>HOHES RISIKO EINES VITAMIN E<br/>MANGELS</b>                | INTERGENIC | rs12272004 | CC             |  |
|            |                                                                                    | ZPR1       | rs964184   | CC             |  |

### INDIKATIONEN

 **Negativer Effekt**

 **Effekt mit mittlerer Position**

 **Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

Vollständige genetische Ergebnisse

5

| 2.14. Mineralien |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
|------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------|----------------|---------------|-------------|
|                  | GENETISCHES RISIKO                                         | MARKER                                                             | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |             |
| Ca               | Risiko für Calcium-Malabsorption                           | CYP2R1                                                             | rs10766197 | AA             | <div></div>   |             |
|                  | MITTEL-NIEDRIGES RISIKO DER CALCIUM-MALABSORPTION          | GC                                                                 | rs2282679  | TT             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
|                  | Prädisposition zur Fehlsteuerung des Calciumspiegels       | DGKD                                                               | rs1550532  | CG             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | CYP24A1                                                            | rs1570669  | AG             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | CASR                                                               | rs17251221 | AA             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | KEIN ZUSÄTZLICHES RISIKO EINES DYSREGULIERTEN CALIUMPLASMASPIEGELS | CASR       | rs1801725      | GG            | <div></div> |
|                  |                                                            |                                                                    | CARS       | rs7481584      | GG            | <div></div> |
|                  |                                                            |                                                                    | GCKR       | rs780094       | CT            | <div></div> |
|                  |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
| Fe               | Risiko für Eisenüberladung                                 | HFE                                                                | rs1800562  | GG             | <div></div>   |             |
|                  | Risiko für niedrigen Eisenspiegel im Plasma                | TF                                                                 | rs3811647  | AG             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | MITTEL-NIEDRIGES RISIKO VON VERRINGERTEN EISENSPIEGELN             | TMPRSS6    | rs4820268      | AG            | <div></div> |
|                  |                                                            |                                                                    | TF         | rs8177253      | CT            | <div></div> |
|                  |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
| Mg               | Prädisposition zu dysreguliertem Magnesium-Spiegel         | CASR                                                               | rs17251221 | AA             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | TRPM6                                                              | rs11144134 | TT             | <div></div>   |             |
|                  | MITTEL-HOHES RISIKO EINES DYSREGULIERTEN MAGNESIUMSPIEGELS | SHROOM3                                                            | rs13146355 | GG             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | DCDC5                                                              | rs3925584  | TT             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | MUC1                                                               | rs4072037  | CC             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
| Se               | Prädisposition zu dysreguliertem Selen Spiegel             | AGA                                                                | rs1395479  | CC             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            | SLC39A11                                                           | rs891684   | GG             | <div></div>   |             |
|                  |                                                            |                                                                    |            |                |               |             |
| 🏠                | Natriumempfindlichkeit                                     | ACE                                                                | rs4343     | AA             | <div></div>   |             |
|                  | GERINGE NATRIUMEMPFFINDLICHKEIT                            |                                                                    |            |                |               |             |

INDIKATIONEN

■ Negativer Effekt

■ Effekt mit mittlerer Position

■ Positiver Effekt

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Vollständige genetische Ergebnisse

5

### 2.15. Wirksamkeit von Diäten



| GENETISCHES RISIKO                                                                                                          | MARKER | ORT        | DEINE VARIANTE | DEIN ERGEBNIS |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------|----------------|---------------|
| <b>Effizienz einer kalorienarmen Diät</b><br><br><b>MITTEL-NIEDRIGE ERWARTETE VORTEILE DER KALORIENARMEN ERNÄHRUNG</b>      | PPARG  | rs1801282  | CC             |               |
|                                                                                                                             | ADIPOQ | rs17300539 | AG             |               |
|                                                                                                                             | LEPR   | rs1805134  | TT             |               |
|                                                                                                                             | ACSL5  | rs2419621  | TT             |               |
|                                                                                                                             | ADRB2  | rs1042714  | CC             |               |
| <b>Effizienz einer kohlenhydratarmen Diät</b><br><br><b>SEHR GERINGE ERWARTETE VORTEILE DER KOHLENHYDRATARMEN ERNÄHRUNG</b> | KCTD10 | rs10850219 | CG             |               |
|                                                                                                                             | MMAB   | rs2241201  | CG             |               |
| <b>Effizienz einer fettarmen Diät</b><br><br><b>MITTEL-NIEDRIGE ERWARTETE VORTEILE EINER FETTARMEN DIÄT</b>                 | PPARG  | rs1801282  | CC             |               |
|                                                                                                                             | GHSR   | rs490683   | GC             |               |
|                                                                                                                             | APOA2  | rs5082     | GG             |               |
|                                                                                                                             | SH2B1  | rs7498665  | AA             |               |
|                                                                                                                             | TCF7L2 | rs7903146  | CC             |               |
|                                                                                                                             | FTO    | rs9939609  | AT             |               |

### INDIKATIONEN

**Negativer Effekt**

**Effekt mit mittlerer Position**

**Positiver Effekt**

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.

## Methodik

6

### Wie wurden die genetischen Varianten ausgewählt und bewertet?

Dies wurde von einem multidisziplinären Team von Ärzten, Genetik und Programmierern nach höchsten Qualitätsstandards entwickelt. Insbesondere ein Expertenteam, das auf die Kuration genetischer Varianten spezialisiert ist, überprüfte jede Variante, um die Auswahl, Interpretation und den Einfluss von Varianten in den Algorithmen wieder zu versichern.

Die folgenden Auswahlkriterien wurden zur Klassifizierung genetischer Varianten angewendet:

**Stufe 1a:** Annotation für eine Variante in der medizinischen Gesellschaft, die in einem wichtigen Gesundheitssystem geführt oder umgesetzt wird.

**Stufe 1b:** Annotation für einen Viant, bei dem der Vorab - und den Beweis eine Vereinigung zeigt. Die Assoziation muss in mehr als einer Kohorte mit signifikanten P-Werten repliziert werden, und die Pendel hat eine starke Effektgröße.

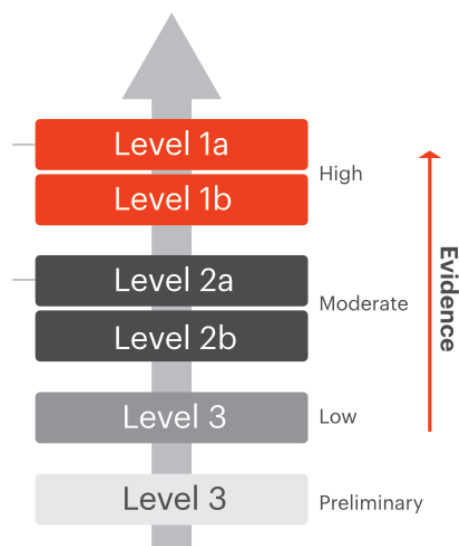
**Stufe 2a:** Annotation für eine Variante, die sich für Stufe 2B qualifiziert, wobei sich die Variante innerhalb eines sehr wichtigen bekannten Gens befindet, daher ist das funktionelle Signal wahrscheinlicher.

**Stufe 2b:** Annotation für eine Variante mit moderaten Nachweisen einer Assoziation. Der Zusammenhang muss repliziert werden, aber es kann Untermuster geben, die keine statistische Bedeutung aufweisen, und/oder die Anstrengungsgröße kann gering sein.

**Stufe 3:** Annotation für eine Variante, die auf einer Sengle Signan -Studie (noch nicht repliziert) oder Annotation für eine in multiple Studien bewertete Variante basiert, ohne dass ein klarer Hinweis auf eine Assoziation fehlt.

**Level 4:** Annotation basierend auf einem Fallbericht, einer nicht signifikanten Studie oder in vitro-, molekularen oder funktionellen Assay-Nachweisen.

Es wurden nur genetische Varianten von Stufe 1A bis 2A ausgewählt.



### Wie wurde es gefragt?

Die DNA wurde aus der von Ihnen bereitgestellten bukkalen Tupferprobe extrahiert und von unserem Labor für klinische Analyse analysiert. Die DNA wurde unter Verwendung des Kingfisher Flex® Roboterextraktionssystems (Therm Fisher Scientific) extrahiert. Die Untersuchung der genetischen Varianten wurde von NGS (Sequenzierung der nächsten Generation) unter Verwendung des Ion Genesudio S5 -Systems (Thermo Fisher Scientific) durchgeführt.

## Verweise

7



### Verweise

Scannen Sie den QR -Code, um auf unsere Seite " Vital Check Referenz" zugreifen zu können.

\* Diese Empfehlungen basieren nur auf der Analyse Ihres genetischen Tests. Bitte konsultieren Sie stets Ihren Arzt oder anderen qualifizierten Gesundheitsspezialisten, bevor Sie mit Ernährungs- oder Ernährungsänderungen fortfahren.