



PATIENTENINFORMATION

Messung der Herz-Raten-Variabilität

Hallo – Ihr Herz hat Ihnen etwas Wichtiges zu sagen!

Unser Herz hat die Fähigkeit, sich an die aktuellen Anforderungen unseres Körpers anzupassen. Wie gut es das kann, lässt sich über die Messung und Auswertung der Herz-Raten-Variabilität (HRV) feststellen. Die Ergebnisse lassen Rückschlüsse auf die aktuelle Belastung des Organismus zu. Um unserem Körper zu helfen, gesund zu bleiben und effektiv mit Stress umzugehen, unterstützen wir Ihren Stoffwechsel mit individuell - auf Basis der Auswertungsergebnisse - bestimmten Mikronährstoffen.

Treppensteigen oder gezielt Sport treiben, richtigen Stress haben oder nur kurz vor irgendetwas erschrecken, sich schönen Träumen hingeben oder Angst vor etwas haben – es gibt so viele Anlässe, die unser Herz höher schlagen lassen. Ein gesunder Organismus steuert den Herzschlag über das vegetative Nervensystem so, dass sich das Herz nach diesen kurzzeitig veränderten Anforderungen auch wieder beruhigt.

Die Herz-Raten-Variabilität (HRV) sagt aus, wie anpassungsfähig das Herz ist. Schafft das Herz es nicht, sich nach veränderten Anforderungen wieder „herunterzuregeln“, ist das ein wichtiger Hinweis darauf, dass sich Ihr Organismus aus eigener Kraft nicht mehr erholt. Dadurch können vielfältige Krankheiten entstehen, daher ist Hilfe zur Selbsthilfe angesagt! Die Messung und Analyse der HRV ist eine Voraussetzung, um den natürlichen Regulationszyklus des Körpers durch Mikronährstoffe zu unterstützen und das vegetative Nervensystem wieder zu balancieren.

Wo liegen die Ursachen für eine nicht optimale Herz-Raten-Variabilität?

Immer mehr Menschen leben heute unter Dauerbelastung des vegetativen Nervensystems. Ob es Stress ist, der zu Stoffwechselveränderungen führt oder nahrungsbedingte Defizite, die Schritt für Schritt den Energie-Level des Patienten herunterfahren: Über das vegetative Nervensystem wirken diese Einflussfaktoren unmittelbar auf die Anpassungsfähigkeit des Herzens. So gilt die HRV auch als „Marker unserer physiologischen Belastbarkeit.“

Was wir für Sie tun können

Mit Hilfe eines kleinen Messgeräts und Elektroden messen wir über 24 Stunden die elektrischen Signale Ihres Herzens. Zudem erfassen wir in einem ausführlichen Fragebogen Ihre Lebens- und Ernährungsweise sowie eventuelle Umwelteinflüsse.

Zusätzlich zur HRV-Messung und –Auswertung lassen wir Ihr Blut im Labor analysieren und nehmen eine Urinuntersuchung vor.

Die exakte Auswertung Ihrer Werte führt zu einer genauen Aussage über Ihre Herz-Raten-Variabilität sowie zu einer präzisen Analyse der Spurenelemente, Vitamine, Mineralstoffe etc., die Ihrem Organismus für eine optimale Regulationsfähigkeit fehlen. Daraufhin wird für Sie eine individuelle Mischung von Mikronährstoffen zusammengestellt, die exakt auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist.

Nährstoffe, die auch ankommen

Die Mikronährstoffe sind „bioverfügbar“, können von Ihrem Stoffwechsel also auch verwertet werden. Das wird durch das besondere Hydro-Cell-Key-(HCK)-Konzept sichergestellt. Die Nährstoffe wirken wie ein „Schlüssel zur Zelle“. Bei der Herstellung mittels HCK-Verfahren werden die Mikronährstoffe in einen rein pflanzlichen Trägerstoff eingearbeitet. Daraus entsteht ein Granulat, in dem die Inhaltsstoffe in feinsten Verteilung (kolloidal) zur Verfügung stehen. Damit ist garantiert, dass die zugeführten Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente von Ihrem Organismus optimal aufgenommen werden.

Für wen sind die HRV-Messung und Mikronährstoffe geeignet?

Die HRV-Messung visualisiert Stressfolgen und ist damit für jeden Menschen aufschlussreich und zur Vorsorge geeignet. Wir empfehlen sie insbesondere

- bei chronischer Erkrankung
- nach schwerer akuter Erkrankung
- bei Erschöpfung Kraftlosigkeit, Antriebslosigkeit, Konzentrationsschwächen
- bei Stress, Burnout
- Sportlern und körperlich schwer arbeitenden Menschen

Durch eine HRV-Messung und –Auswertung sowie die optimale Versorgung mit Mikronährstoffen lässt sich das vegetative Nervensystem über die Stoffwechselverbesserung beruhigen und ausbalancieren.

Herrsching, Juni 2014