



Cortisol Check

Ihr persönliches Testergebnis



Stress? Konzentrationsprobleme, abgeschlagen, gereizt..
Testen Sie Ihren Cortisolspiegel mit dem blue balance® Cortisol Check



Name

Probe

Cortisol Speicheltest

Cortisol spielt eine Rolle bei der Verdauung, dem Immunsystem und dem Schlaf-Wach-Rhythmus. Außerdem wird bei körperlichem oder mentalem Stress mehr Cortisol ausgeschüttet, um vorübergehend mehr Energie freizusetzen und mehr Leistung zu bringen. Durch den Einfluss von Cortisol auf den Schlaf-Wach-Rhythmus steigt der Cortisolspiegel um das Aufwachen herum an. Bei einem normalen Verlauf nimmt der Pegel im Laufe des Tages ab, so dass sich der Körper am Ende des Tages entspannt. Wenn der Pegel im Laufe des Tages nicht sinkt, kann dies schließlich zu Unruhe, Reizbarkeit und Schlafproblemen führen. Wenn über einen längeren Zeitraum zu viel Cortisol ausgeschüttet wird, kann die Nebenniere erschöpft werden.

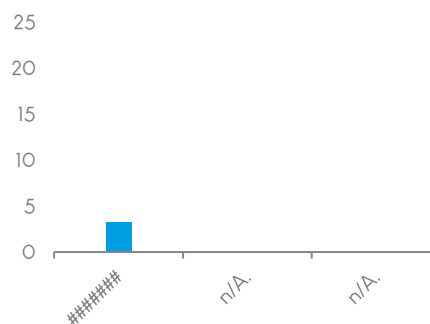


DEIN ERGEBNIS

Das Ergebnis deiner Untersuchung ist 3,2 ng/ml.

Ein Cortisolspiegel, der bei einer späteren Messung unter 5,0 ng/ml liegt, ist zu niedrig. Ein zu niedriger Cortisolspiegel bei der späteren Messung kann dazu beitragen, dass du wenig Energie für die Aufgaben hast, die du in der Mitte des Tages erledigen musst.

Ergebnis 3,2 ng/ml



EMPFEHLUNGEN

Es könnte sein, dass das Verhältnis von Stress und Entspannung in dieser Zeit verbessert werden könnte. Um eine gute Balance zu gewährleisten, ist es wichtig, neben ausreichenden Momenten der Ruhe und Ablenkung auch genügend Bewegung zu machen und sich gesund zu ernähren.

Wenn du komplexe Aufgaben zu erledigen hast, ist es gut, sie am Anfang des Tages zu planen. So kann sich der Körper am Ende des Tages ausruhen. Ausreichend Schlaf hilft auch dabei, sich von einem langfristigen Ungleichgewicht zwischen Stresssituationen und Entspannung zu erholen.



Wir bieten dir Einblicke in die Funktionsweise deines Körpers, damit du deinen Lebensstil verbessern kannst. Unsere DNA-, Blut- und Speicheltests können zu Hause durchgeführt werden. Du musst nicht ins Krankenhaus gehen, aber deine Probe wird in einem professionellen und zertifizierten Labor untersucht. Wir finden es wichtig, dir Ergebnisse anzubieten, die du verstehen und nach denen du handeln kannst. Wenn du Fragen zu deinen Ergebnissen hast, zögere bitte nicht, uns unter info@eth-meditec.de oder +49 2662 9699 456 zu kontaktieren.

Das Ergebnis deines Tests ist nicht gleichbedeutend mit einer medizinischen Diagnose. Da uns deine persönlichen Umstände und dein medizinischer Hintergrund nicht bekannt sind, können unter Umständen unsere Empfehlungen zur Lebensweise im Widerspruch zu deiner Situation stehen oder nicht anwendbar sein. Bei Beschwerden und dem Verdacht auf ein Gesundheitsproblem solltest du dich immer deinen Arzt konsultieren. Bei Fragen zu deinen Ergebnissen, kannst du dich gerne an uns wenden.



UNSER LABOR

Wir arbeiten mit einem zertifizierten Deutschen Labor zusammen. Dieses Labor wurde 2016 gebaut und verarbeitet 30.000 Proben pro Tag. Durch diese Zusammenarbeit können wir höchste Qualität und Zuverlässigkeit garantieren. Neben Zuverlässigkeit ist jeden Tag Schnelligkeit wichtig, die Proben werden direkt an das Labor geliefert, sodass du deine Ergebnisse nach 5 Arbeitstagen erwarten kannst.

