

## VITALOGIC

Dr. Spona Vertriebsges.m.b.H.

Czerningasse 10

A-1020 Wien

Tel.: +43-1-877 91 53-0

Fax: +43-1-877 91 53-9

E-mail: [info@vitalogic.at](mailto:info@vitalogic.at)

Internet: [www.vitalogic.at](http://www.vitalogic.at)

Herr Franz Name  
Strasse 100  
9999 Stadt

Sehr geehrter Herr Name,

Herzlichen Dank für die Einsendung Ihrer Blutprobe vom 21.11.2007 und für Ihr Interesse an Vitatonic. Die Untersuchung Ihrer Blutprobe wurde mit unserer HPLC Methode (high pressure liquid chromatography) durchgeführt. Die Auswertung des Aminogramms (siehe letzte Seite meines Schreibens) zeigt Ungleichgewichte einiger essentieller sowie nichtessentieller Aminosäuren auf. Bei dieser **Beurteilung** sind auch die **Werte im unteren Normalbereich miteinbezogen, die mit einem Stern (\*) gekennzeichnet sind.**

Das Ergebnis der Blutuntersuchung spricht für eine nicht ausreichende Versorgung mit Aminosäuren, die mit den unten angeführten Befindlichkeitsstörungen in Zusammenhang stehen kann. Zu solchen Defiziten und Ungleichgewichten kommt es häufig, wenn man den durch Stress (dazu zählen physischer und psychischer Stress, Krankheit, Rekonvaleszenz, sportliche Tätigkeit aber auch „Älterwerden“) hervorgerufenen höheren Bedarf an Aminosäuren nicht voll mit der „normalen“ Ernährung decken kann. Dabei sind meistens Ungleichgewichte der so genannten Stressamino­säuren betroffen, zu denen man die essentiellen Aminosäuren Leucin, Isoleucin, Phenylalanin, Tryptophan sowie Valin zählt.

**Zusammenfassende Beurteilung Ihres Aminogramms:** In Ihrem Aminogramm sind multiple Aminosäuren Ungleichgewichte zu finden. Bei den essentiellen Aminosäuren sind vier der fünf Stressamino­säuren, nämlich Leucin, Phenylalanin, Tryptophan und Valin, sowie Histidin und Methionin im Ungleichgewicht. Ebenso sind mehrfach Ungleichgewichte im Bereich der nichtessentiellen Aminosäuren festzustellen. Das Resultat des Aminosäuren Blutprofils kann im Zusammenhang mit Ihrer Erkrankung und Ihren Schlafproblemen gesehen werden.

Insgesamt spricht das Ergebnis dafür, dass Sie nicht ganz ausreichend und ausgewogen mit Aminosäuren versorgt sind. Mit Ihrem Vitatonic können Sie die hohe Belastung unter der Chemotherapie abfangen und Ihr Immunsystem verbessern. Studien haben gezeigt, dass Aminosäuren die Wirkung der Chemotherapie verbessern können.

Herr Franz Name

Im Folgenden möchte ich auf die Zusammenhänge zwischen Ihren Aminosäuren Ungleichgewichten und Befindlichkeitsstörungen näher eingehen. Darin sind auch jene Aminosäuren berücksichtigt, die im unteren Normbereich liegen.

Niedrige Werte des Histidins sprechen für eine Unterversorgung mit Aminosäuren, die unter anderem durch eine unzureichende Verwertung Ihrer Nahrung hervorgerufen werden kann.

Grenzwertig erniedrigte Plasmaspiegel von Leucin findet man besonders bei Stress, sportlicher Betätigung, bei Krankheiten oder bei einer Diät. Sie können auch auf einen Katabolismus der Muskulatur hinweisen.

Grenzwertig erniedrigte Methionin-Blutspiegel entstehen bei einer Methionin-armen Ernährung. Gemüse hat einen geringen Methionin-Gehalt.

Der Phenylalanin-Blutspiegel ist meistens erniedrigt, wenn man unter Stress steht. Als Folge erniedrigter Phenylalanin-Blutspiegel kann eine Veränderung der Schilddrüsenfunktion sowie ein Defizit von Katecholamin entstehen, verbunden mit Müdigkeit, depressiver Verstimmung sowie Gedächtnisproblemen.

Grenzwertig erniedrigte Werte des Tryptophans gehen meistens mit depressiven Verstimmungen und Schlaflosigkeit einher.

Ein erniedrigter Valin-Blutspiegel kann als Indikator für einen Muskelabbau interpretiert werden und spricht für eine Unterversorgung mit Aminosäuren. Wenn im Blutspiegel einige andere essentielle Aminosäuren ebenfalls erniedrigt sind, könnte auch eine ungenügende Magensäure-Produktion vorliegen, was eine unzureichende Verwertung der eiweißhaltigen Nahrung zur Folge hat.

Bei grenzwertig erhöhten Glycin-Blutspiegel sollte Ihre Nahrung mit Folsäure und Vitamin B6 aber auch mit Mangan und Vitamin B2 ergänzt werden.

Grenzwertig erniedrigte Serin-Blutspiegel können zu einer Störung des Stoffwechsels der Aminosäure Methionin und zu Defiziten in der Acetylcholinsynthese führen. Acetylcholin ist unter anderem für unsere Konzentrationsfähigkeit verantwortlich.

Grenzwertig erniedrigte Tyrosin Werte können oft mit einer Verlangsamung der Schilddrüsenfunktion, mit Blutdruckveränderungen sowie mit einer depressiven Verstimmung einhergehen.

Grenzwertig niedrige Werte von Asparagin sprechen für einen Bedarf an Magnesium. Dieses ist bei der Synthese dieser Aminosäure aus Asparaginsäure notwendig. Asparagin spielt in der Synthese von sogenannten Glykoproteinen, somit von wichtigen Hormonen, eine entscheidende Rolle.

Erniedrigte Asparaginsäure-Blutspiegel deuten darauf hin, dass die Entgiftung des Ammoniaks nur ungenügend funktioniert, was Müdigkeit zur Folge hat. Ammoniak entsteht bei Stoffwechselprozessen der Aminosäuren vor allem in der Leber und im Gehirn.

Der grenzwertig erhöhte Citrullin-Blutspiegel spricht für einen möglichen Enzymblock im Harnstoffzyklus (einem Aminosäurenstoffwechsel Prozess) wodurch es zu einem vermehrten Ammoniakspiegel kommt, der Müdigkeit bewirkt.

Herr Franz Name

Ihr erniedrigter Glutaminsäure-Blutspiegel deutet auf eine unzureichende Entgiftung von Ammoniak im Gehirn sowie in der Leber hin. Als Folge davon ist man müde, antriebsarm und leidet an Konzentrationsmängel.

Ihr grenzwertig erniedrigter Glutamin-Blutspiegel weist auf eine zu geringe Aufnahme von Glutamin oder essentiellen Aminosäuren (Glutamin wird aus Histidin gebildet) durch Ihre Nahrung hin.

In der folgenden Tabelle habe ich die Wirkung der einzelnen Aminosäuren zusammengestellt und angeführt, für welche Substanzen sie den Ausgangsstoff darstellen.

**Eine umfassende Zusammenstellung dazu finden Sie in meinem brandaktuellen Buch „Well-Aging“, das im April 2005 im ECON Verlag erschienen ist.**

<b>Aminosäure</b>	<b>Wirkung</b>	<b>Ausgangsstoff für</b>
Arginin	Stimuliert Insulin und Wachstumshormon Senkt Cholesterin und Blutdruck Stimuliert Immunsystem Fördert Durchblutung der Muskulatur Fördert Sexualität Verleiht Kraft, Ausdauer und Jugend	Wachstumshormon Blutfarbstoff Kollagen Insulin
Histidin	Antiallergikum Entgiftung von Schwermetallen Fördert körperliche und geistige Fitness	Histamin
Isoleucin	Muskelkraft „Stressaminosäure“	Muskeleiweiß Wundheilung
Leucin	Fördert Knochenheilung Fördert Hautheilung Fördert Ausdauer Muskelaufbau „Stressaminosäure“	Muskeleiweiß
Lysin	Fördert Knochenbildung Unterstützt Wundheilung Unterstützt Herpes simplex Heilung Verleiht Kraft, Ausdauer und jugendliche Energie Fördert Fettverbrennung	Carnitin Kollagen Antikörper Hormone (Wachstumshormon) Enzyme
Methionin	Fettverbrennung Reduziert Blutcholesterin Antioxidant (Anti-Aging) Entgiftung (Histamin) Leberentgiftung Selenwirkung Fördert Schönheit von Haaren, Haut und Nägeln	Taurin Cystein Carnitin Cholin

Herr Franz Name

Phenylalanin	Kreativität positive Grundstimmung Motivation Anti-depressiv Erhöht Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnis „Stressaminosäure“	Hormone: Noradrenalin ACTH, Beta- Endorphin Schilddrüsenhormon
Threonin	Verhindert Fettablagerung in der Leber	Glycin Kollagen Antikörper
Tryptophan	„Stressaminosäure“, steigert Stresstoleranz Anti-depressiv Verbessert Migräne Vermindert Angst	Serotonin Vitamin B3 Melatonin
Valin	„Stressaminosäure“ Muskelaufbau Ausdauer	Muskeleiweiß Nerveneiweiß
Glycin	Vermindert die Sucht nach Zucker Inhibierender Neurotransmitter	Serin Glukagon Hämoglobin (Blut- farbstoff)
Serin	Fördert Muskelwachstum Antikörper Stimuliert das Immunsystem	Acetylcholin Immunglobuline
Taurin	Stärkt Immunsystem Antioxidant (Anti-Aging) Stabilisiert den Herzrhythmus (Puls) Schönheit für Haut Haare und Nägel	
Tyrosin	Anti-depressiv starke Energiequelle Erhöht Konzentrationsfähigkeit Verbessert klares Denken	Botenstoffe im Gehirn: Dopamin, Adrenalin Schilddrüsenhormon (Thyroxin) Wachstumshormon
Asparagin/Asparaginsäure	Entgiftung von Ammoniak Erhöht Ausdauer Verringert Müdigkeit	Immunglobuline, Antikörper
Citrullin	Energie fördernd Stimuliert Immunsystem	
Glutaminsäure	Ammoniakentgiftung (Gehirn) Hilft bei Alkoholismus Hilft bei „Zuckersucht“ Verbessert Gedächtnis- und Konzentrationsleistungen	Glutamin Synthese von DNA

Herr Franz Name

Glutamin	Glykogene Aminosäure (hilft bei Blutzucker Stabilisierung) Muskelstärke und Ausdauer	GABA (Botenstoff im Gehirn bewirkt Heiterkeit und Ruhe) Glutaminsäure Synthese von DNA
Ornithin	Anti-Aging Eigenschaften Stimuliert Wachstumshormon-Freisetzung Hilft Fettüberschuss zu verbrennen Hilft bei Gewichtsreduktion	

Im Aminogramm ist Homocystein angeführt. Homocystein ist keine Aminosäure. Es entsteht beim Aminosäurenstoffwechsel als kurzlebiges Zwischenprodukt und ist daher normalerweise nicht messbar. Ein erhöhter Homocystein-Blutspiegel würde, ähnlich wie ein erhöhter Cholesterin-Spiegel, auf ein erhöhtes Arterioskleroserisiko hinweisen.

Anhand Ihres Aminogramms wird für Sie Vitatonic, Ihr persönliches maßgeschneidertes Aminosäurenpräparat rezeptiert. Damit können Sie Ihre Defizite und Aminosäurenungleichgewichte verbessern. Die in Ihrem persönlichen Vitatonic enthaltenen Vitamine sind als Hilfsstoffe für den Aminosäurenstoffwechsel notwendig. Sie bewirken zusammen mit den Aminosäuren einen Schutz vor freien Radikalen. Ihr persönliches Vitatonic enthält auch die für die Verwertung der Aminosäuren wichtigen Hilfsstoffe Magnesium, Selen und Zink. Eine zusätzliche Einnahme von Vitaminpräparaten ist nicht notwendig. Sie finden die Zusammensetzung Ihres persönlichen Vitatonics auf der Dose ausgedruckt. **Die Gewichtsangaben geben die Gesamtmenge an.**

Ihr maßgeschneidertes Vitatonic enthält die essentiellen Aminosäuren (Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Threonin, Tryptophan, Valin) sowie die Aminosäuren Arginin, Histidin und Taurin. Die essentiellen Aminosäuren kann der Körper selbst nicht herstellen. Sie müssen ihm zugeführt werden. Aus den essentiellen Aminosäuren kann der Organismus **die nichtessentiellen Aminosäuren** (Glycin, Serin, Taurin, Tyrosin, Asparagin, Asparaginsäure, Citrullin, Glutaminsäure, Glutamin und Ornithin) **selbst herstellen**.

Wir verwenden freie d.h. **nicht** Protein-gebundene Aminosäuren mit pharmazeutischer Qualität. Die meisten werden aus pflanzlichen Ausgangsstoffen gewonnen.

Ihr Vitatonic wird in regelmäßigen Abständen durch das **Dopinglabor** der Deutschen Sporthochschule Köln überprüft und mit einem **Unbedenklichkeits-Zertifikat** ausgezeichnet.

**So verwenden Sie Ihr Vitatonic:** Entnehmen Sie mit dem Dosierlöffel Ihr Vitatonic. Verrühren Sie das Pulver mit ca. 1/8 Liter Wasser in einem Glas. Die Menge in einem Dosierlöffel entspricht 5 g Vitatonic. Der Dosierlöffel ist beigepackt. Das Pulver löst sich nicht vollständig und es entsteht keine klare Lösung. Die nicht gelösten Teile sollten Sie mit Wasser nachspülen. Keinesfalls sollten Sie das Pulver in Milchprodukten wie Milch oder Yoghurt auflösen. Sollten Sie den Geschmack verbessern wollen, können Sie dazu Fruchtsaft oder Apfelmus verwenden.

**Wichtig ist, dass die Einnahme mindestens 15 Minuten vor oder 2 Stunden nach einer Mahlzeit erfolgt, d.h. immer auf leeren Magen.**

Herr Franz Name

**Anzahl der Einnahmen:** Wir empfehlen Ihnen, Ihr maßgeschneidertes Vitatonic **in den ersten drei Wochen dreimal täglich und danach zweimal täglich** (morgens mindestens 15 Minuten vor dem Frühstück, **mittags** und **abends** 15 Minuten vor dem Abendessen oder besser 2 Stunden nach dem Abendessen) einzunehmen.

**Bei stärkerer physischer oder psychischer Belastung, während und kurz nach einer Chemotherapie oder bei einer Verschlechterung Ihrer Befindlichkeitsstörungen sollten Sie wieder auf eine dreimalige Einnahme Ihres persönlichen Vitatonics übergehen.**

Wenn Sie die Eigenschaften Ihrer **Poweramino**säuren voll ausschöpfen wollen, ist eine regelmäßige Einnahme mit den angeführten Dosierungen wichtig.

Für Aminosäuren gibt es im Gegensatz zu den Kohlenhydraten und Fetten keine Speicher im Körper. Somit sollten Sie Ihr persönliches Vitatonic ohne Unterbrechung nehmen. Sie erzielen damit zusätzlich einen vorbeugenden Effekt. Denn Ihr persönliches maßgeschneidertes Vitatonic enthält die Vitalstoffe Aminosäuren, Vitamine und Spurenelemente in einer für Sie optimalen Zusammensetzung und Dosierung, um Sie fit und gesund zu halten. **Somit wirkt Vitatonic auch prophylaktisch und stärkt Ihr Immunsystem.**

Bitte achten Sie darauf, dass Ihr persönliches Vitatonic trocken und kühl gelagert wird. Die Dose soll nach der Entnahme gut verschlossen werden. Eine etwaige Verstärkung der Orangefärbung während der Lagerung ist durch Feuchtigkeit bedingt, vermindert aber nicht die Qualität Ihres Vitatonics.

**So können Sie nachbestellen:**

- Telefon: +43- 1-8779153
- Fax: : +43- 1-8779153-9
- e-mail: [info@vitalogic.at](mailto:info@vitalogic.at)
- Internet: [www.vitalogic.at](http://www.vitalogic.at)
- SMS: 0699-1 103 34 02

**Überprüfung der Aminosäuren-Blutspiegel: ist nicht bei jeder Nachbestellung notwendig.** Eine Feinabstimmung Ihres Vitatonics durch ein Aminogramm nach ca. 12 Monaten ist jedoch zu empfehlen.

Bitte rufen Sie uns an, falls Sie zu dem Ergebnis Ihrer Blutuntersuchung noch Fragen haben oder über Ihr persönliches Vitatonic noch mehr wissen wollen. Wir sind für Sie jederzeit über unsere Mobiltelefone (Herr Prof. Spona: 0699-1 103 34 02, Frau Dr. Spona: 0699-10 80 82 83) erreichbar.

Ausführliche Information enthält auch unsere Webseite [www.vitalogic.at](http://www.vitalogic.at).

Mit freundlichen Grüßen

Univ.Prof.Dr.J.Spona

Dr.med. Ingrid Spona

**P.S.: Wussten Sie, dass Sie für jeden von Ihnen empfohlenen Vitatonic-Verwender, eine Monatspackung Ihres persönlichen Vitatonics erhalten? [www.vitalogic.at](http://www.vitalogic.at)**

**Ergebnis Aminosäuren - Analyse**

*Franz Name 1.01.1900 Blut vom: 21.11.2007*

Essentielle Aminosäuren	Ergebnis (µmol/l)		Normalbereich (von - bis)	
	Wert	Referenz	Min	Max
Arginin	92	[ ----x--- ]	38	140
* Histidin	75	[ --x----- ]	60	150
Isoleucin	56	[ --x----- ]	35	150
* Leucin	85	[ x----- ]	85	260
Lysin	127	[ ----x--- ]	70	200
* Methionin	20	[ x----- ]	20	60
- Phenylalanin	42	[ x----- ]	50	140
Threonin	124	[ --x----- ]	80	250
* Tryptophan	40	[ x----- ]	40	120
- Valin	132	[ x----- ]	180	480
<b>Essentielle Aminosäure Derivate</b>				
Neuroendokriner Metabolismus				
Glycin	382	[ -----x- ]	200	450
* Serin	95	[ -x----- ]	80	200
Taurin	88	[ ---x----- ]	40	200
* Tyrosin	42	[ -x----- ]	38	87
Ammoniak/Energiemetabolismus				
* Asparagin	39	[ x----- ]	35	150
- Asparaginsäure	4	[ x----- ]	5	30
Citrullin	40	[ -----x- ]	10	50
- Glutaminsäure	39	[ x----- ]	45	150
* Glutamin	706	[ ---x----- ]	550	1050
Homocystein	0		0	0
Ornithin	44	[ --x----- ]	30	100