Unsere Haut & Haare Profile

Zur Untersuchung wichtiger Blutwerte haben wir spezielle Profile für Sie erstellt, welche Ihnen in Abstufungen (Plus – Standard – Basis) einen Überblick über Ihre aktuelle Nährstoffversorgung bieten können.

Parameter	Kosten
Haut & Haare Plus	
25-Hydroxy-Vitamin D, Biotin, Folsäure, Holotranscobalamin, Kupfer, Selen, Zink, Vitamin B2, Vitamin B5, Vitamin B6	227,31 € (IGeL) 261,41 € (Privat)
Haut & Haare Standard	
25-Hydroxy-Vitamin D, Biotin, Folsäure, Holotranscobalamin, Kupfer, Selen, Zink, Vitamin B6	140,47 € (IGeL) 161,54 € (Privat)
Haut & Haare Basis	
25-Hydroxy-Vitamin D, Folsäure, Holotranscobalamin, Selen, Zink	90,35 € (IGeL) 103,91 € (Privat)

Empfohlener Turnus der Untersuchung:
- 1 x im Jahr als Routine bzw. nach Bedarf

Präanalytischer Hinweis:
- Die Blutentnahme sollte nüchtern erfolgen.

Sprechen Sie uns an.

Liebe Patientin, lieber Patient,
bitte wenden Sie sich bei weiteren Fragen vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Ihr Praxisteam.

Ihr Praxisteam nimmt sich gern Zeit für Ihre Fragen:

MVZ Labor Leipzig
Dr. Reising-Ackermann und Kollegen

MVZ Labor Dr. Reising-Ackermann und Kollegen
Strümpellstraße 40 | 04289 Leipzig
www.labor-leipzig.de

LIMBACH GRUPPE

Herausgeber: MVZ Labor Dr. Reising-Ackermann und Kollegen – 10/2024

Titelbild: ©piolka/stockphoto.com

PROAKTIV**PRÄVENTIV**

Haut & Haare

Schönheit von innen durch die ideale Nährstoffversorgung

Schöne Haut und glänzendes Haar

Gesunde Haut und schönes Haar – dafür braucht der Körper bestimmte Vitamine und Spurenelemente. Wenn wichtige Nährstoffe fehlen, werden die Haare trocken, spröde und können verstärkt ausfallen. Auch die Haut reagiert auf mangelhafte Versorgung empfindlich. Durch Stress, Fehlernährung, Alkohol und Rauchen entstehen unter anderem vermehrt freie Radikale im Körper, die zur frühzeitigen Alterung von Haut und Haaren führen. Vitamine und Mineralstoffe sind wichtig für gesunde Haare und Haut.

Eine ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Mikronährstoffen vermindert und verzögert Hautalterung und Haarausfall. Ein Labortest gibt Auskunft darüber, ob Sie ausreichend mit Nährstoffen versorgt sind.

Ursachen für schlechte Haut & Haare

Gestresste Haut und Haare verändern sich im Laufe der Zeit. Nach und nach nehmen die Kollagenfasern im Bindegewebe der Haut ab. Sie verliert an Feuchtigkeit und Spannkraft, die Haut wird trockener und es bilden sich Fältchen und Falten. Die gealterte Haut reagiert empfindlicher auf Sonneneinstrahlung, Wunden heilen schlechter und sie ist anfälliger für Infektionen.

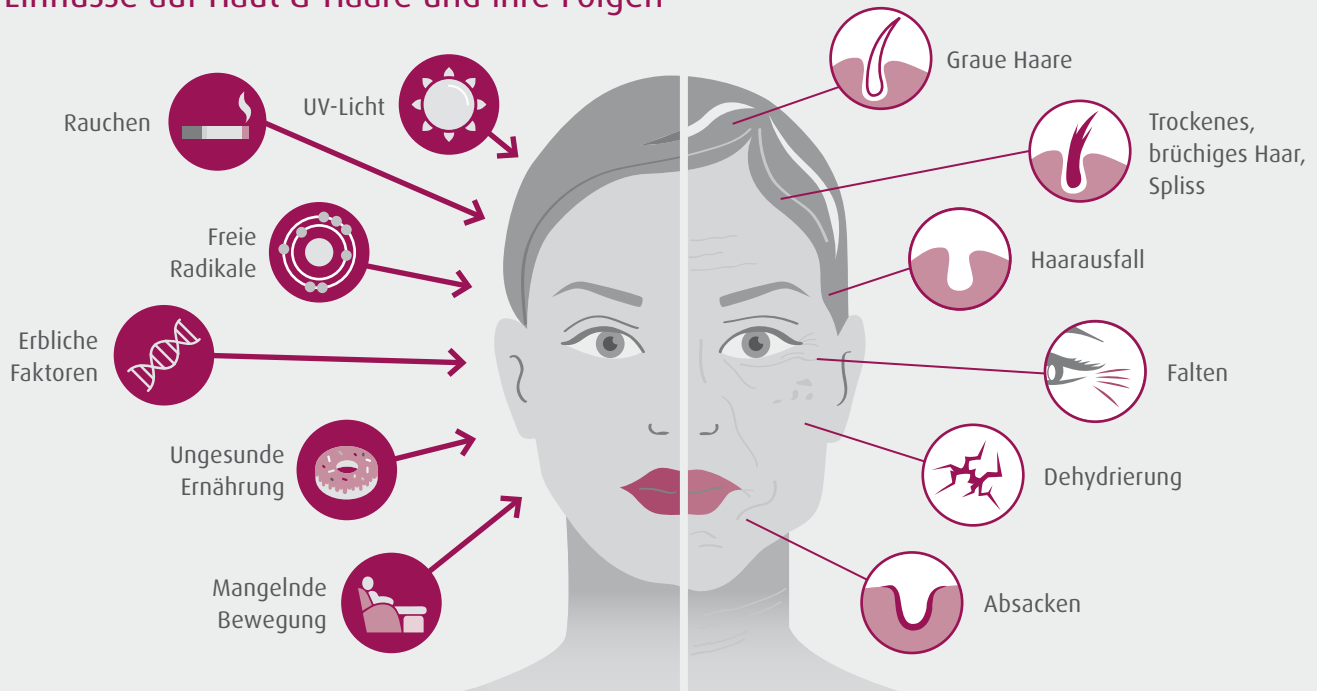
Mögliche Ursachen für Haarausfall und Hautprobleme:

- Veranlagung
- Vorerkrankungen
- Hormonschwankungen
- Stress
- Alkoholkonsum und Rauchen
- Medikamente
- Vitamin- und Nährstoffmangel

Was kann man dagegen tun?

Bei Problemen mit Haut und Haaren reduzieren Sie Stress und sorgen Sie für ausreichend frische Luft, genügend Schlaf und Bewegung.

Eine gute Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen fördert die Haargesundheit. Sie schützt Haut und Haare vor oxidativem Stress, hilft Falten vorzubeugen und Hautkrankheiten zu bekämpfen. Wird ein Nährstoffmangel festgestellt, ist eine Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln in Absprache mit Ihrem Arzt nötig.

Darüber hinaus können Sie einem Nährstoffmangel am besten mit einer bewussten, abwechslungsreichen Ernährung, bestehend aus Vollkornprodukten, Gemüse und Hülsenfrüchten, vorbeugen.

Einflüsse auf Haut & Haare und ihre Folgen