

# Die Antworten auf Ihre Fragen

- › Ihre genetischen Neigungen zu Lebensmittelintoleranzen?
- › Führt zu viel Fett bei Ihnen zu Gefässveränderungen?
- › Führt falsche Ernährung bei Ihnen zur Zuckerkrankheit (Diabetes Mellitus II)?
- › Kann richtige Ernährung die Osteoporose positiv beeinflussen?
- › Kann richtige Ernährung eine Vorsorge gegen Augenkrankheiten sein?
- › Kann richtige Ernährung Ihr Wohlfühl steigern?
- › Können Gene den optimalen Ernährungsplan beeinflussen?
- › Kann zu viel Eiseneinlagerung zu einer Krankheit führen?
- › Kann ein individueller Ernährungsplan echte Gesundheitsvorsorge sein?

Testen Sie daher Ihre Gene und finden Sie heraus, welche Ernährung für Sie wichtig ist, um Krankheiten zu verhindern und gesund zu bleiben.

**Informieren Sie sich über unsere Spezialangebote!  
Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns.**

## PROGENOM

Ihre persönliche, genetische Formel

Telefon 0800 / 77 77 70 (Gratis)  
Seefeld Medical GmbH, Seefeldstrasse 81, 8008 Zürich

# Einfach und genial ernähren

Exklusiv  
in der  
**SCHWEIZ**

**ProGenom und genial –  
Ihre persönliche, genetische Formel.  
Einfach genial ernähren  
um fit, schön und  
gesund zu bleiben!**

**HIER GRATIS  
BERATUNG!**

## PROGENOM

Ihre persönliche, genetische Formel

# Die Antwort steckt in Ihren Genen!

- ▶ Welche Lebensmittel enthalten die essentiellen Nährstoffe für Ihre Gesundheit?
- ▶ Welche Nahrungsmittel fördern bei Ihnen die Entstehung von Krankheiten?

**Testen Sie Ihre Gene und leben Sie nach Ihrem individuellen Ernährungsplan. Sie tun es Ihrer Gesundheit zuliebe!**

## Ein Ernährungsplan so individuell wie Sie selbst

Der DNA+ Ernährung-Gentest testet Gene auf Veranlagungen zu den häufigsten Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Volkskrankheiten. Basierend auf Ihrer einzigartigen Genkombination wird anschließend ein individuelles Ernährungsprogramm zusammengestellt, das dabei hilft, das Auftreten von Krankheiten zu verhindern und optimale Gesundheit zu erreichen.

Obst ist gesund und fettiges Fleisch ist ungesund. Solche allgemeinen Ernährungsgrundsätze sind weitgehend bekannt und eine bewusste Ernährung ist auch jeder Person zu raten. Diese Regeln wurden jedoch mit dem Gedanken zusammengestellt, dass sie für die Allgemeinheit gelten sollten und individuelle Veranlagungen werden daher leider nicht berücksichtigt.

So sind Milchprodukte zum Beispiel eine empfehlenswerte Quelle von **Kalzium**. Eine überdurchschnittlich kalziumreiche Ernährung spielt vor allem für Personen, die zur **Osteoporose** genetisch veranlagt sind, eine bedeutende Rolle. Daher sind Milchprodukte sehr zu empfehlen, es sei denn, diese Person gehört zu den 20 Prozent der Bevölkerung, die aufgrund eines vererbten Gendefekts **Laktose nicht vertragen**. In diesem Fall ist von laktosehaltigen Milchprodukten gänzlich abzuraten und auf andere Kalziumquellen wie **Broccoli** oder Nahrungsergänzungsmittel umzusteigen. Auch genetische Veranlagungen zu erhöhtem **Cholesterin** oder **Triglyceriden**, **Zuckerkrankheit**, **Getreideunverträglichkeit**, **Eisenspeicherkrankheit** oder **Makula-Degeneration** erfordern spezifische Veränderungen in der Ernährung, um optimal gegen diese Krankheiten vorzusorgen.

Da jeder Mensch andere Gene in sich trägt, gibt es keinen „allgemein gültigen“ Ernährungsplan und die optimale Ernährung für Sie ist so einzigartig wie Sie selbst.

**800+ Nahrungsmittel nach Ihren Genen bewertet**

**PROGENOM** 

Einfach ein genial besser