

## Vieva-Analyse von Luise Musterfrau

Zeitpunkt der Messung: 24.3.2020, 13:55:12

### Luise Musterfrau

#### Basisdaten

<b>Dauer</b>	500 Intervalle
<b>Geschlecht</b>	Weiblich
<b>Alter</b>	50
<b>Gewicht</b>	67 kg
<b>Körpergröße</b>	176 cm

#### Zusätzliche Daten

<b>Wie beschreiben Sie Ihre sportliche Aktivität?</b>	Untrainiert
<b>Verbringen Sie Ihren Alltag vorwiegend im Sitzen?</b>	Ja

### Praxisinfo

Omeprazol

## Stoffwechseltyp

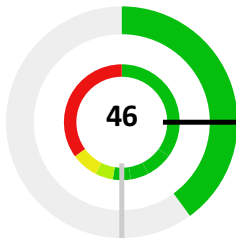
### Klasse 4

Dieser Stoffwechseltyp, der auch als ektomorpher Mix bezeichnet werden kann, zeichnet sich durch einen eher schnellen Stoffwechsel aus. Er setzt nur langsam Muskeln oder Fett an.

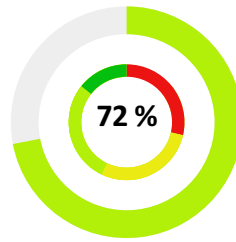
Die Ernährung sollte vermehrt aus Kohlenhydraten und Proteinen, nicht zu vielen Fetten bestehen. Hochwertige Lebensmittel und komplexe Kohlenhydrate wie auch Vollkornprodukte, Süßkartoffeln oder Reis sollten bevorzugt werden. Auch Proteine gehören in den Ernährungsplan. Wichtige Eiweißquellen können tierische Produkte wie Ei, Quark oder Hüttenkäse sowie pflanzliche Nahrungsmittel wie Hülsenfrüchte, Nüsse oder Pseudogetreide (z. B. Quinoa) sein.

## Zusammenfassung

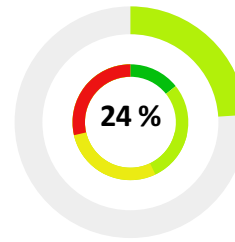
Biologisches Alter



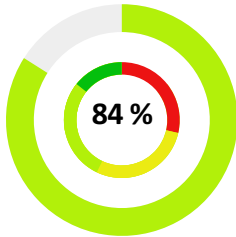
Verdauungssystem



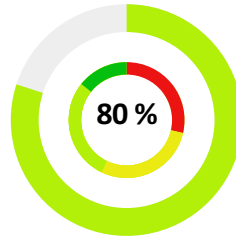
Umweltbelastungen



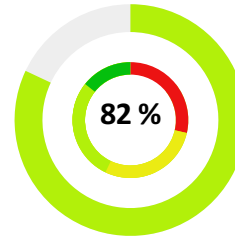
Spurenelemente & Mineralien



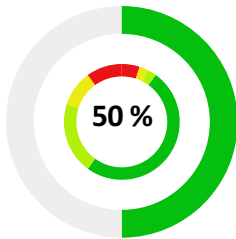
Vitamine



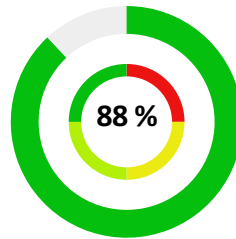
Proteine



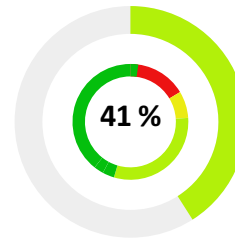
Stress-Index



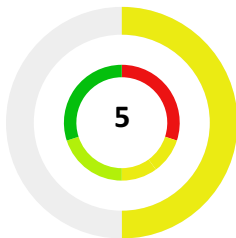
Erholungsfähigkeit



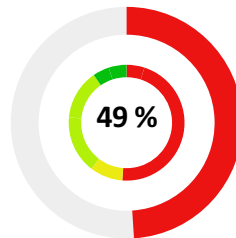
Relax-Faktor



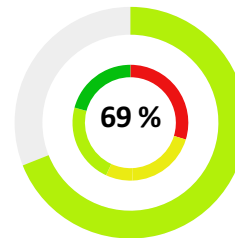
Antiviral Status

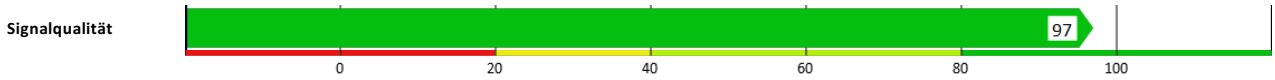


Gesamtenergie

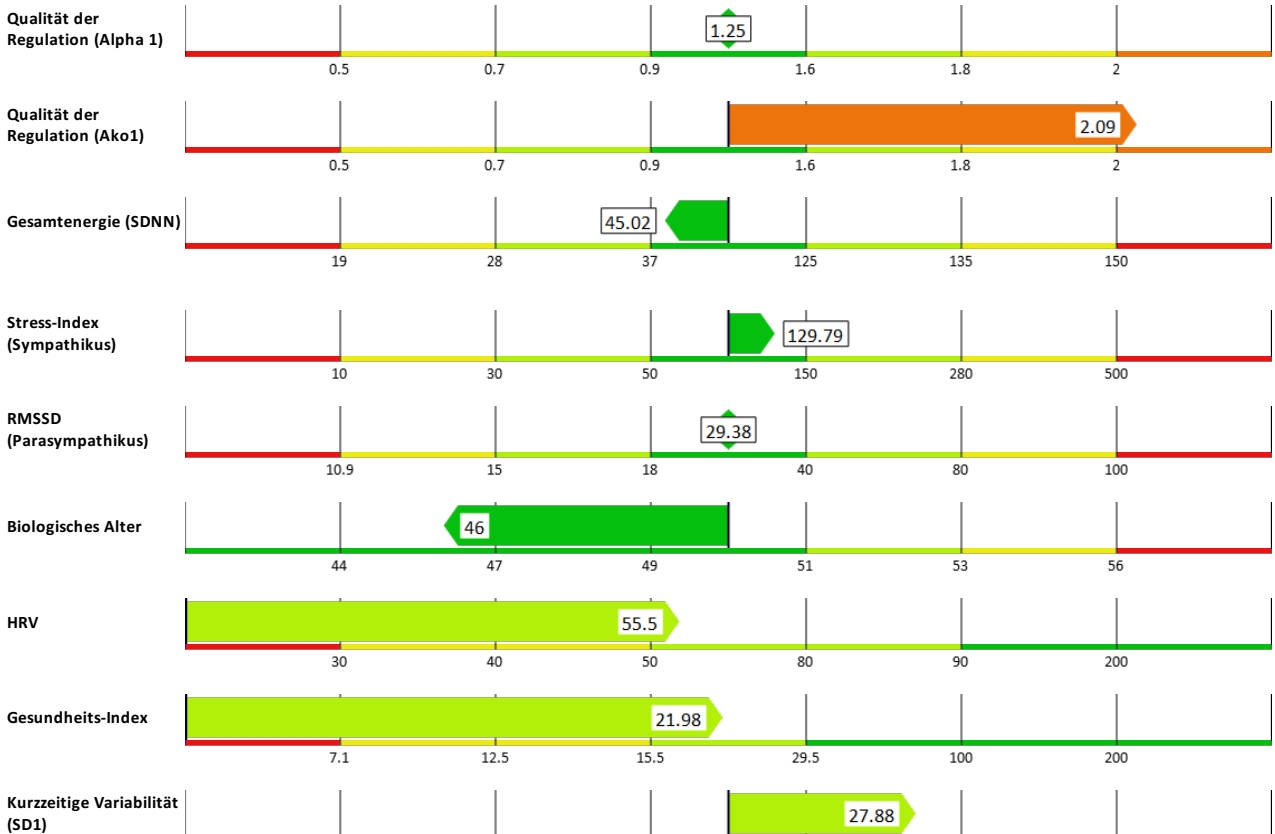
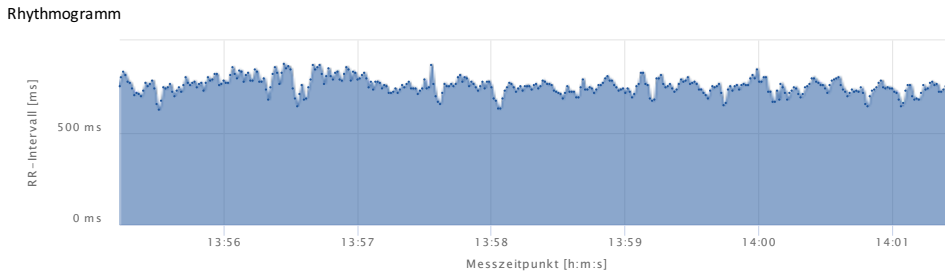
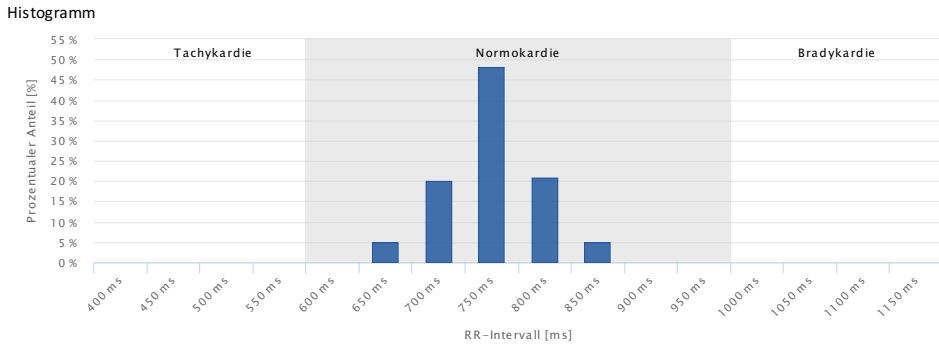
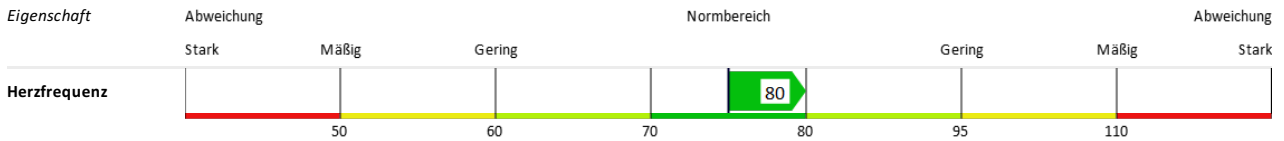


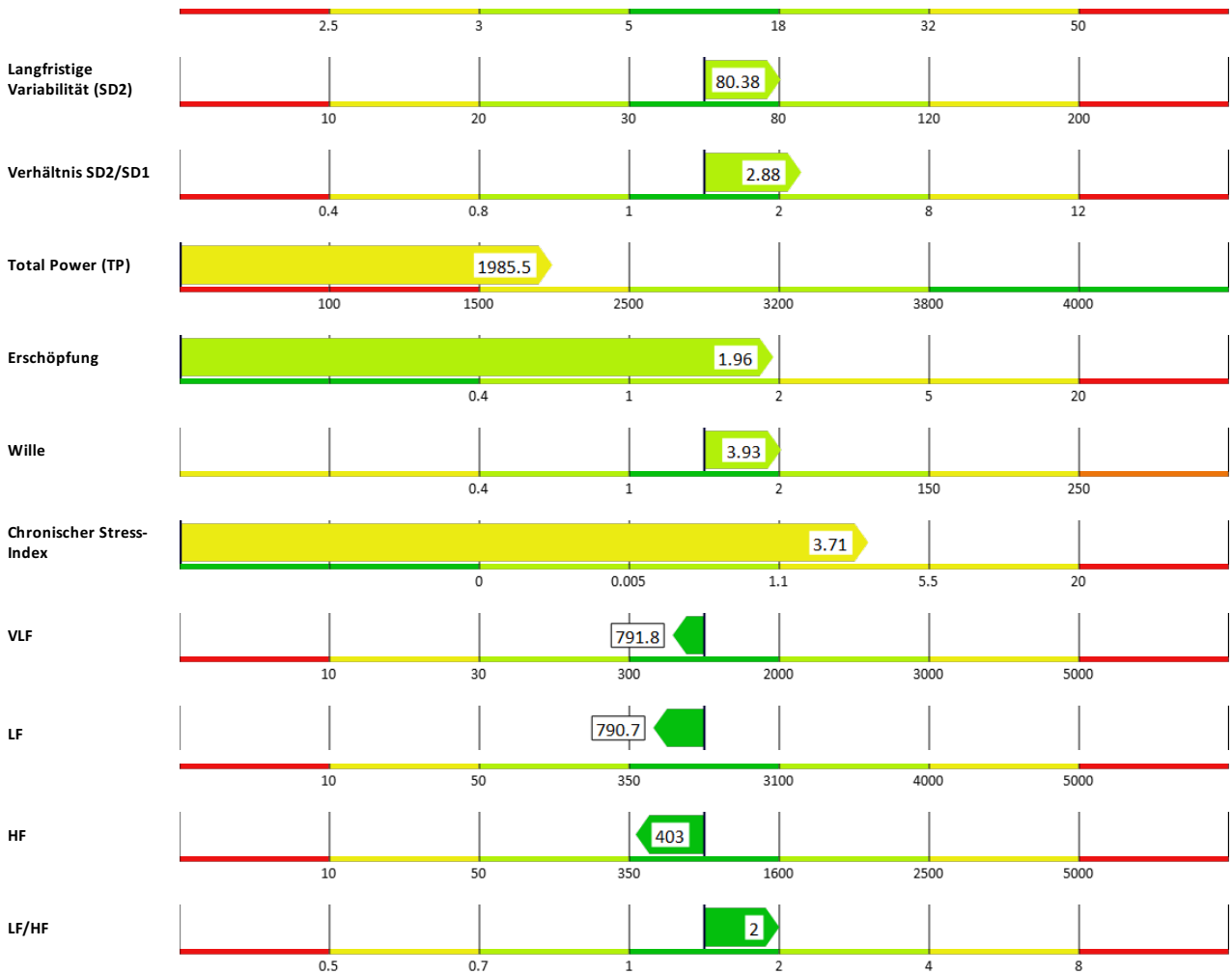
Gesundheits-Index



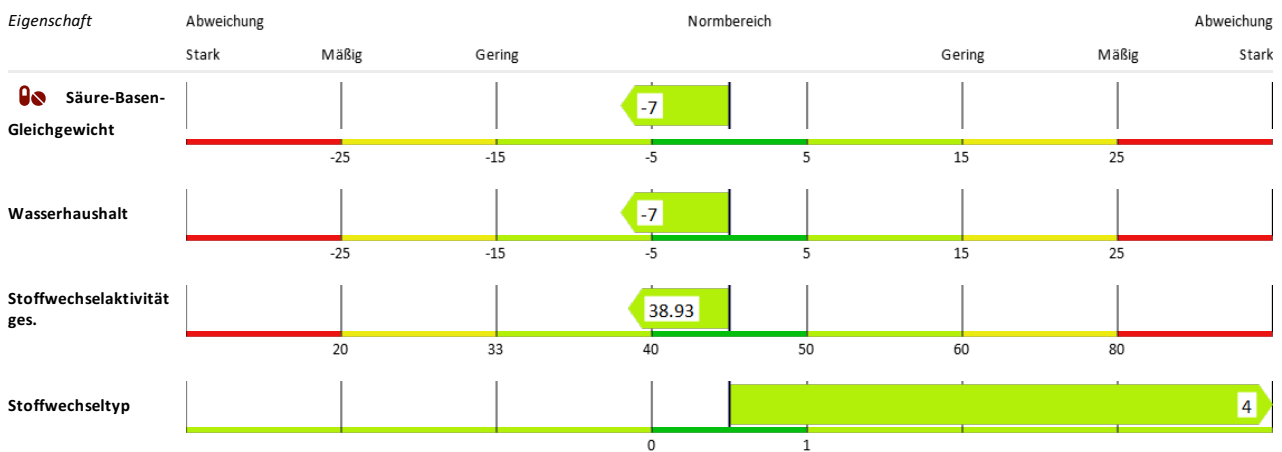


**Herz-Raten-Variabilität**

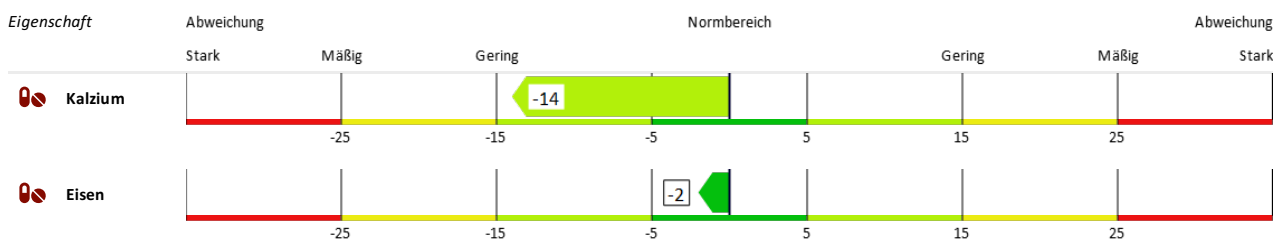


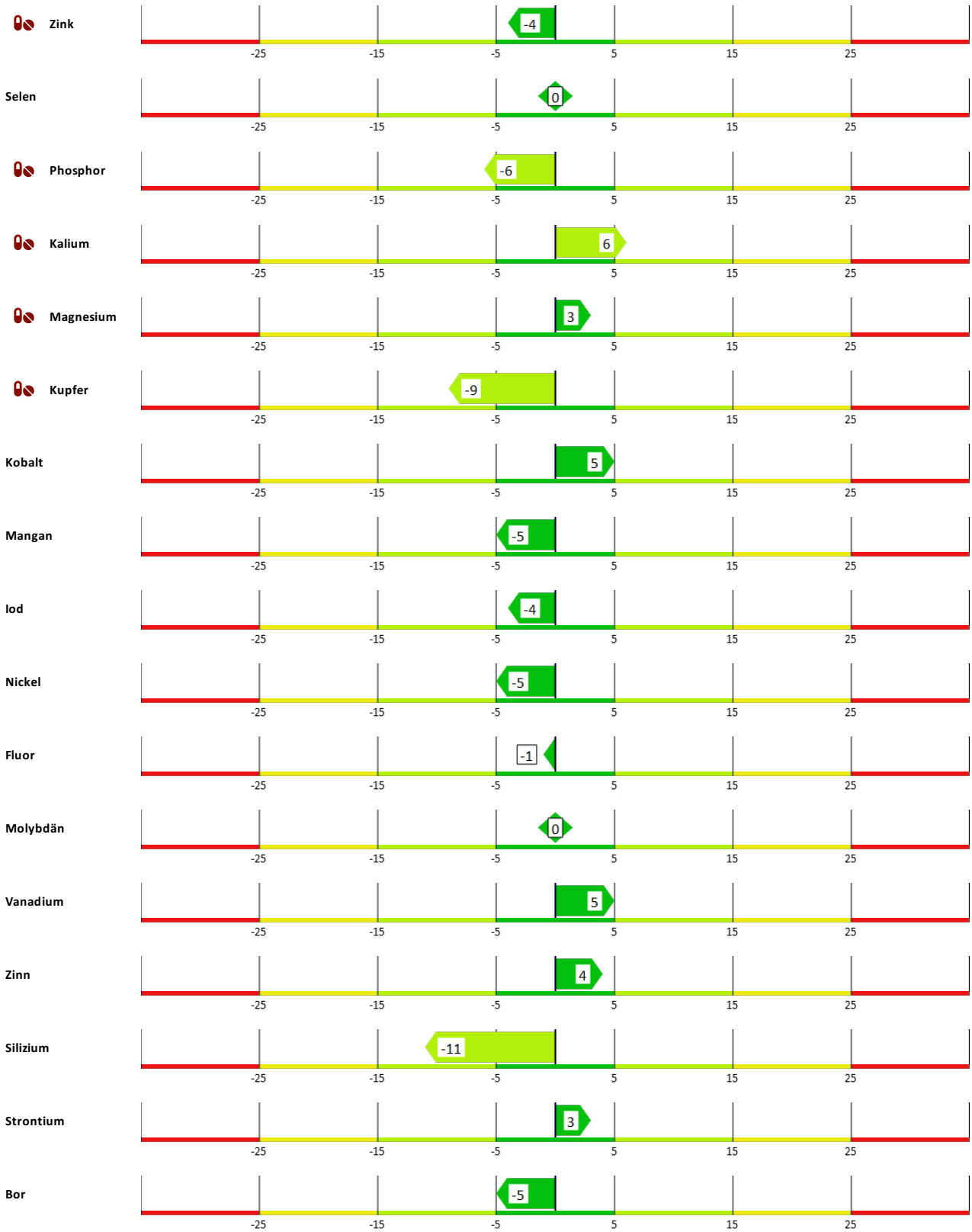


### Allgemeine Daten

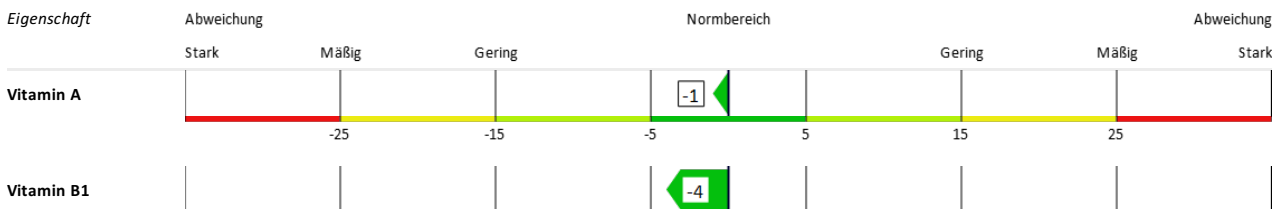


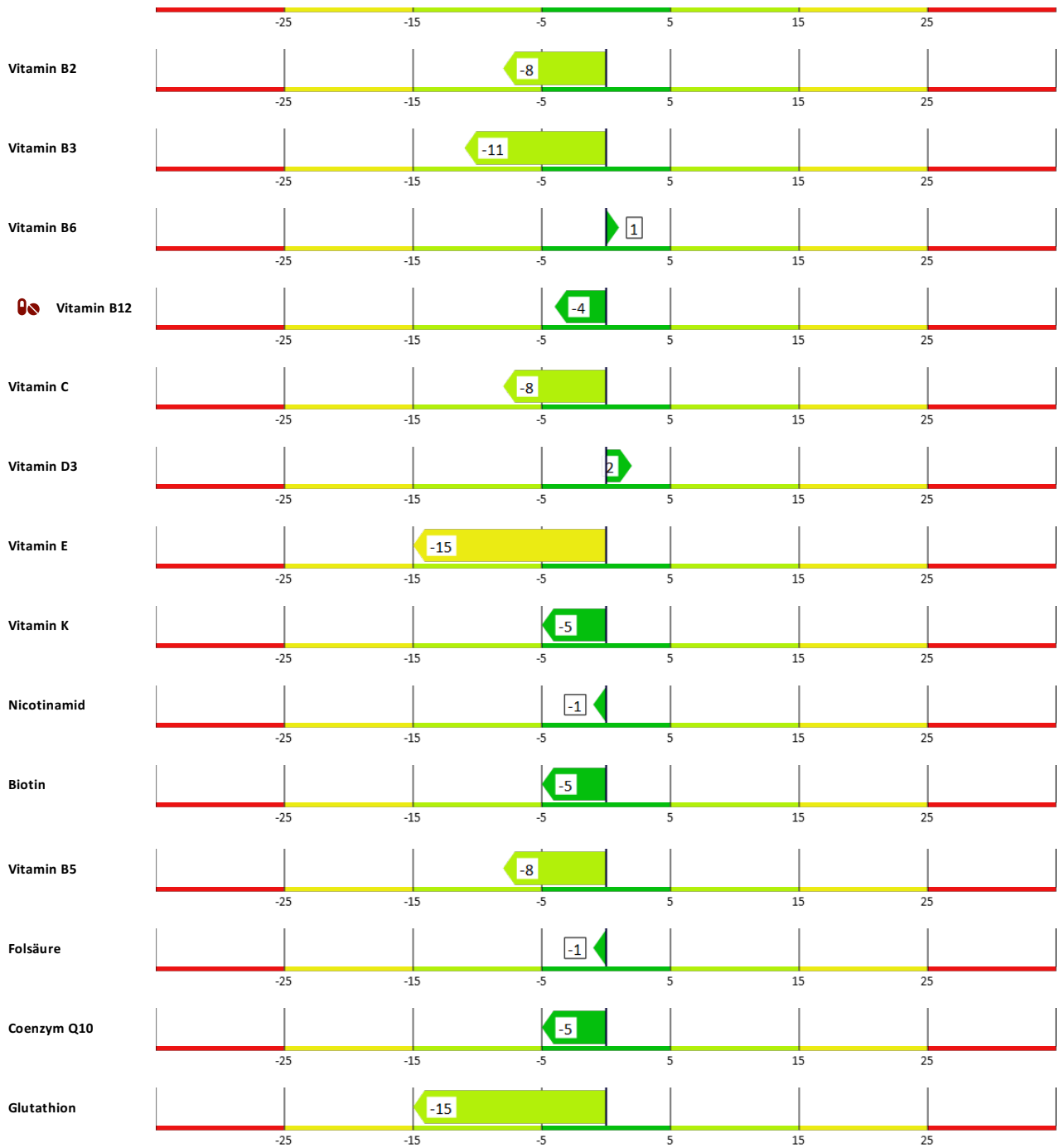
### Spurenelemente & Mineralien



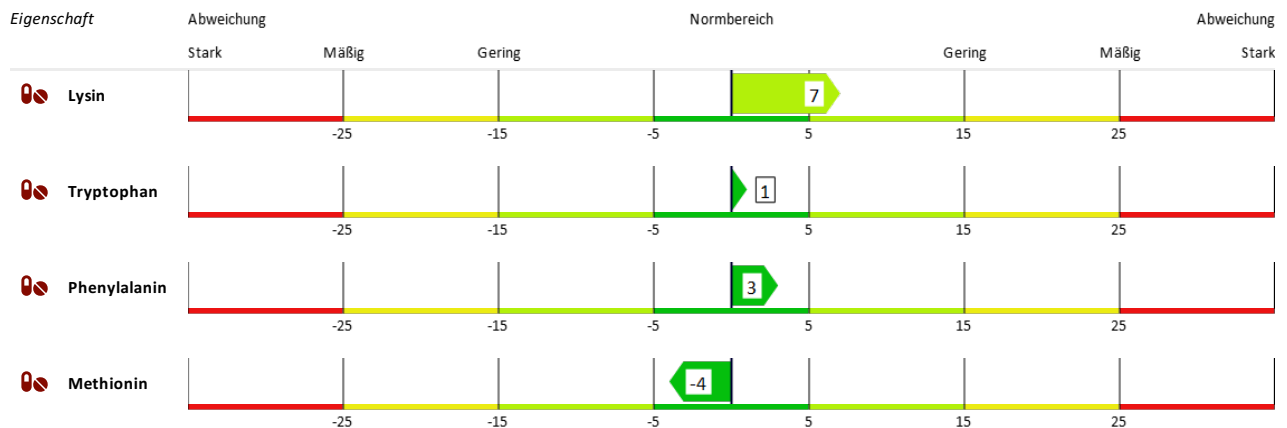


## Vitamine





### Proteine

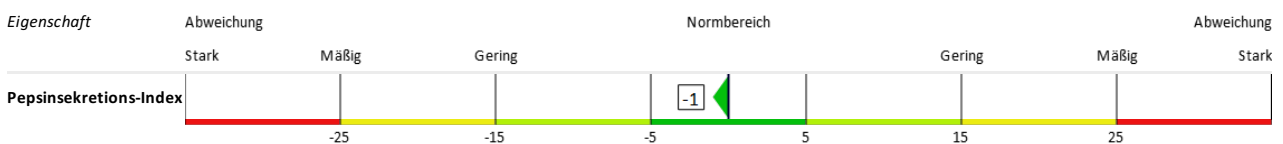


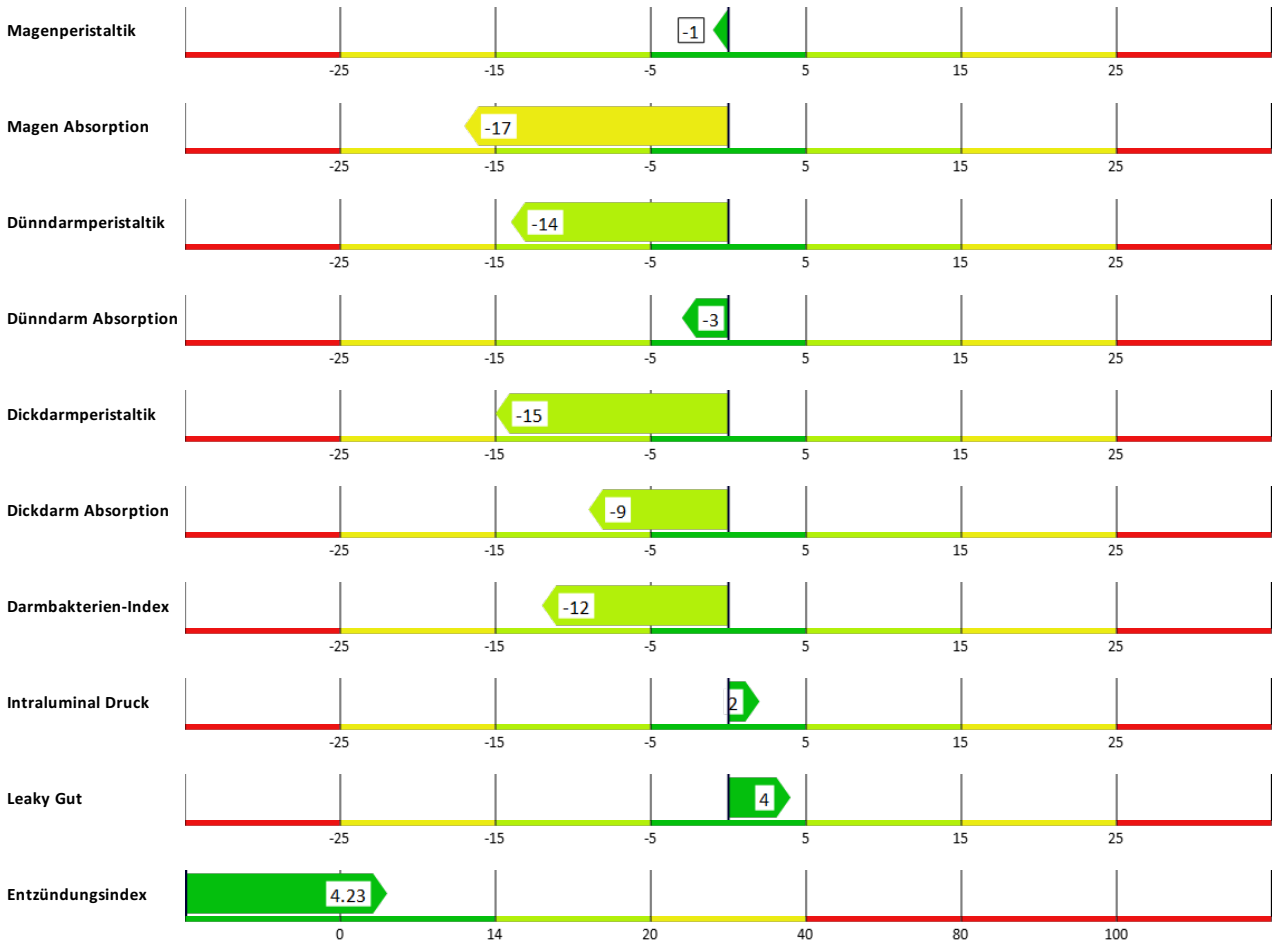


### Umweltbelastungen

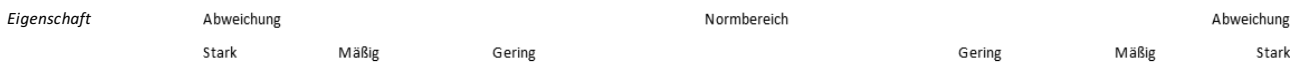


### Verdauungssystem

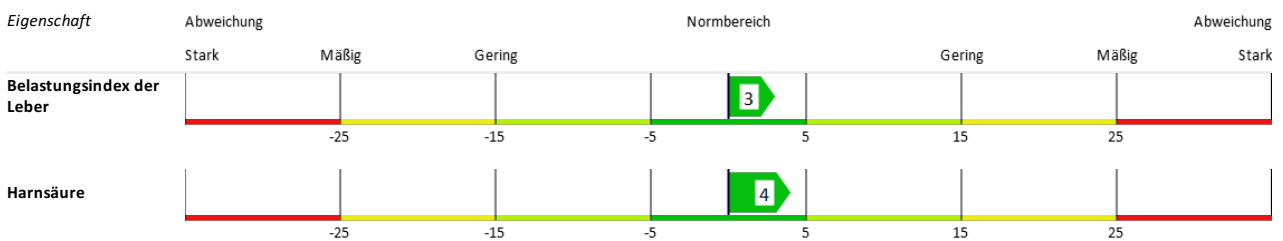




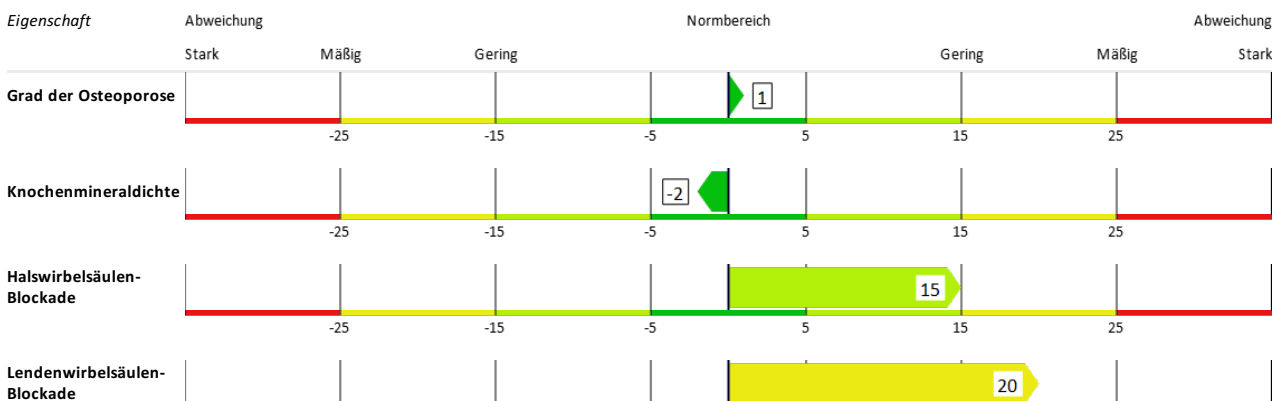
### Immunsystem



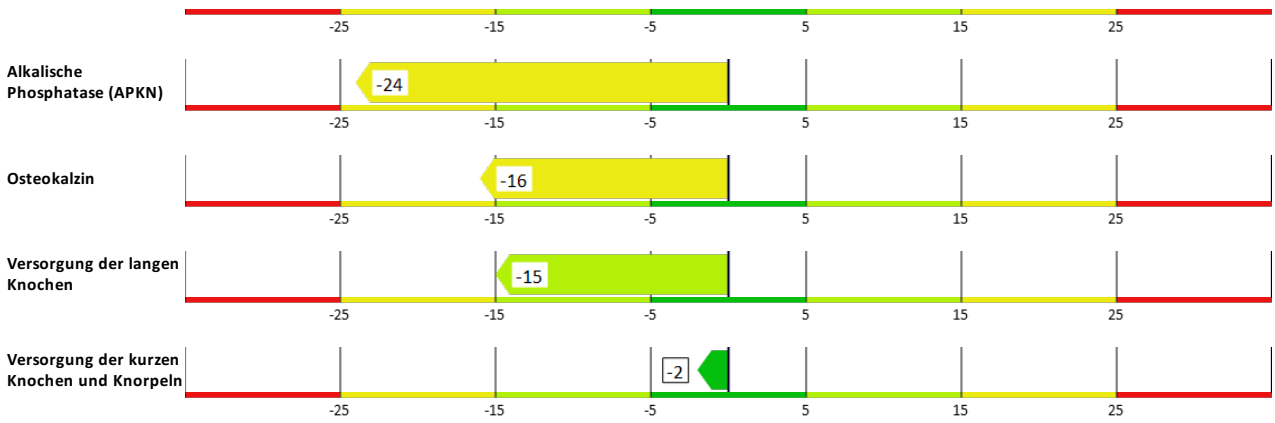
### Leber- und Nierenfunktionen



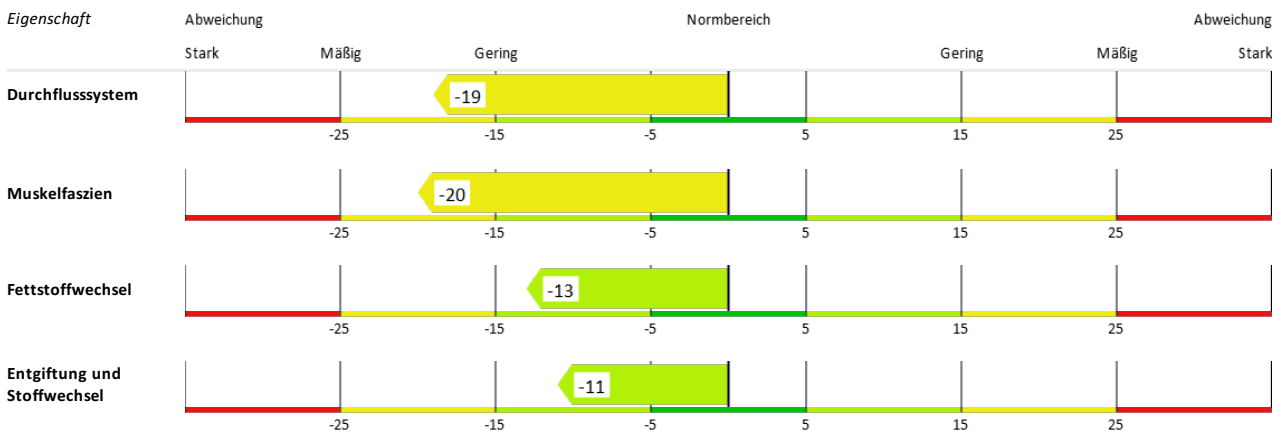
### Knochen







### Lymphsystem



### Kardio & Blutfette

