

Was sind Präventivleistungen?

Präventivleistungen sind Untersuchungen, die zum Erhalt der Gesundheit sowie zur Früherkennung von Mangelerscheinungen oder Krankheiten dienen. Sie zählen zu den sogenannten „Individuellen Gesundheitsleistungen“ (IGeL), die nicht von den Krankenversicherungen übernommen werden müssen.

Mit einem Bluttest kann das Labor die Fettsäurezusammensetzung der roten Blutkörperchen und damit Ihren HS-Omega-3 Index® bestimmen.

	Selbstzahler	Privatpatient
EPA	23,90 €	27,49 €
DHA	23,90 €	27,49 €

Unsere Empfehlung

Dieser Flyer bietet Ihnen erste allgemeine Informationen. Bitte besprechen Sie das weitere Vorgehen auf jeden Fall mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

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:



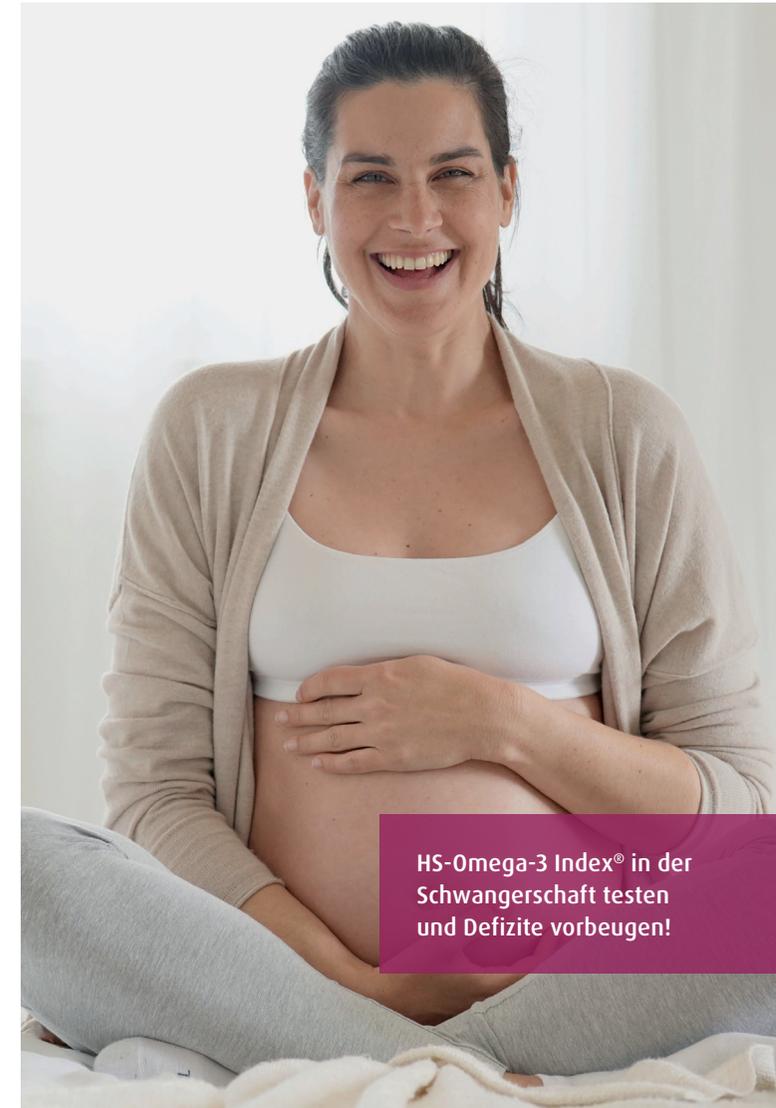
 **MVZ Labor Münster**
Dr. Lörer, Prof. Cullen und Kollegen

MVZ Labor Münster Hafengeweg GmbH
Hafengeweg 9-11 | 48155 Münster
www.labor-muenster.de

LIMBACH  GRUPPE

Omega-3-Fettsäuren

Für eine optimale Entwicklung
Ihres Kindes



HS-Omega-3 Index® in der
Schwangerschaft testen
und Defizite vorbeugen!

Omega-3-Fettsäuren in der Schwangerschaft

Omega-3-Fettsäuren tragen zu einer normalen Herz- und Gehirnfunktion bei. Da der Körper diese essenziellen Fettsäuren nicht selbst herstellen kann, müssen sie über die Nahrung aufgenommen werden.

In der Schwangerschaft haben Sie einen erhöhten Bedarf an Omega-3-Fettsäuren, da Sie neben Ihrem eigenen Bedarf zusätzlich den Bedarf Ihres Kindes decken müssen.

Auswirkungen auf Sie und Ihr ungeborenes Kind

Der Omega-3-Fettsäure-Spiegel ist für die Entwicklung Ihres ungeborenen Kindes von enormer Bedeutung, da die Fettsäuren zur Entwicklung der Organe beitragen. Sie beeinflussen vor allem die Bildung der Struktur und die Funktion des Gehirns. Eine gute Versorgung während der Schwangerschaft kann auch die Gesundheit Ihres Kindes nach der Geburt beeinflussen und z. B. Allergien und Asthma vorbeugen.

Bei der Mutter beugt ein optimaler Fettsäurespiegel nicht nur Entzündungen vor und stärkt das Herz-Kreislauf-System, er senkt auch das Risiko für Frühgeburten vor der 34. Schwangerschaftswoche und für Kindstod kurz vor, während und nach der Geburt um bis zu 50 %.

Das können Sie für eine gute Omega-3-Versorgung tun

Um in der Schwangerschaft eine ausreichende Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren für Ihr Kind und Sie zu gewährleisten, sollte Ihr sogenannter „HS-Omega-3 Index“[®] zwischen 8 und 11 % liegen.

Für eine gute Versorgung:

- Essen Sie einmal pro Woche fettreichen Meeresfisch wie Lachs. Dieser ist reich an Omega-3-Fettsäuren.
- Vegetarisch/vegane alternative Quellen an Omega-3-Fettsäuren sind Pflanzenöle, Nüsse und Samen.

Sind Sie dennoch unsicher, ob Sie ausreichend Omega-3-Fettsäuren aufnehmen? Dann kann Ihr Arzt Ihren HS-Omega-3 Index[®] vor, während und nach der Schwangerschaft mithilfe einer Blutprobe kontrollieren. Möglicherweise wird er Ihnen dann zur Nahrungsergänzung mit hochwertigen Omega-3-Fettsäuren raten.

Gut versorgt: Auswirkungen auf Mutter und Kind

Gesundheit der Mutter

- Geringeres Risiko für Wochenbettdepression
- Positiver Effekt auf das Herz-Kreislauf-System

Entwicklung des Kindes

- Bildung von Gehirn & Organen
- Vorbeugung von Erkrankungen nach der Geburt (z. B. Allergien)

Vorbeugung von Schwangerschaftskomplikationen

- Geringeres Risiko für Frühgeburten
- Geringeres Risiko für Kindstod vor, während und kurz nach der Geburt

