



Dr. med. Andrej Wöhrmann * Wandsbeker Marktstraße 141 * 22041 Hamburg

Patienteninformation „Vitamincheck“

Liebe Patientin, lieber Patient,

viele Menschen möchten aktiv etwas für ihre Gesundheit tun und fragen nach einem Labor-Check der Vitamine und Spurenelemente. Natürlich ist uns Ihre Gesundheitsvorsorge ein großes Anliegen. Deshalb möchten wir Sie hier kurz und transparent über die medizinischen und rechtlichen Hintergründe informieren.

Wann ist ein Vitamincheck medizinisch sinnvoll?

Die medizinischen Fachgesellschaften in Deutschland sind sich einig: Bei einer normalen, ausgewogenen Ernährung ist unser Körper in der Regel bestens mit allen notwendigen Nährstoffen versorgt. Ein ungezieltes Laborscreening („einmal alles testen“) ohne konkrete Beschwerden bringt meist keinen medizinischen Vorteil.

Ein Check kann sinnvoll sein, wenn **spezifische Risikofaktoren** oder **Symptome** vorliegen. Dazu gehören beispielsweise:

Streng vegane Ernährung
Chronische Magen-Darm-Erkrankungen oder Zustand nach Magen-Operationen
Höheres Lebensalter
Schwangerschaft oder geplante Schwangerschaft

Wunschleistung (IGeL): Möchten Sie Ihre Werte rein vorsorglich und ohne auf einen Mangel hindeutende Beschwerden überprüfen lassen, ist dies eine sogenannte *Individuelle Gesundheitsleistung*. Die Kosten für das Labor und die ärztliche Leistung müssen in diesem Fall nach der Amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) privat von Ihnen getragen werden.



Dr. med. Andrej Wöhrmann * Wandsbeker Marktstraße 141 * 22041 Hamburg

Unser Labor-Baukastensystem für die Vorsorge:

Sollten Sie sich ohne Beschwerden für einen vorsorglichen Check entscheiden, empfehlen wir ein gezieltes Vorgehen. Sie können sich Ihren Check aus unserem Basis-Profil und den sinnvollen Erweiterungen individuell zusammenstellen:

Das Basis-Profil

Dieses Profil deckt die Mikronährstoffe ab, bei denen auch in Deutschland trotz normaler Ernährung am ehesten Engpässe oder ein erhöhter Bedarf entstehen:

Vitamin D (25-OH): Wichtig für Knochen und Immunsystem (besonders im Winter oft niedrig).

Vitamin B12: Frühzeitiger Marker für den Zellstatus (wichtig bei veganer/vegetarischer Ernährung und im Alter).

Holotranscobalamin: Mißt das aktive Vitamin B12 im Blut und erlaubt so eine Unterscheidung zwischen aktivem und passivem Holotranscobalamin.

Ferritin (Eisenspeicher): Zeigt die tatsächlichen Eisenreserven des Körpers verlässlich an.

Optionale Erweiterungs-Module (Je nach Lebensstil und Fokus):

Modul „Sport & Muskeln“

Geeignet bei Muskelkrämpfen, hoher sportlicher Aktivität oder zur Osteoporose-Vorsorge.

Magnesium & Zink (im Vollblut): Präzisere Bestimmung des echten Zellstatus als im normalen Blutserum.

Calcium & Phosphat: Wichtige Steuerungspartner für den Knochenstoffwechsel (wichtig bei Vitamin-D-Einnahme).

Creatinkinase (CK): Gibt einen allgemeinen Überblick zum Zustand der Muskulatur



Dr. med. Andrej Wöhrmann * Wandsbeker Marktstraße 141 * 22041 Hamburg

Modul „Immunität & Vitalität“

Geeignet bei erhöhter Infektanfälligkeit, chronischem Stress oder einseitiger Ernährung.

Selen: Essentiell für den Zellschutz und eine gesunde Schilddrüsenfunktion.

Vitamin B6: Wichtig für Nerven, Eiweißstoffwechsel und das Immunsystem.

TSH-Wert: Basis-Check der Schilddrüsenfunktion. Mit diesem Hormon wird die Schilddrüsenfunktion indirekt gemessen.

fT3/fT4: Bestimmt die von der Schilddrüse direkt ausgeschütteten Hormone.

Modul „Herz & Gefäße“

Geeignet bei familiärer Vorbelastung für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder für bewusste Ernährung.

Homocystein: Ein wichtiger Gefäßrisikofaktor, der durch B-Vitamine reguliert wird.

Omega-3-Index: Bestimmt den Anteil schützender Fettsäuren in den roten Blutkörperchen.

Lipoprotein(a): Unveränderlicher Risikofaktor für Arteriosklerose

Bitte kreuzen Sie an, welche Werte Sie bestimmen lassen möchten, und geben Sie es unserem Praxisteam ab. Wir händigen Ihnen vor der Blutentnahme eine transparente Kostenübersicht nach der GOÄ aus und vereinbaren – wenn gewünscht - einen Termin zur Besprechung Ihrer Ergebnisse.

Ihr Praxisteam



Dr. med. Andrej Wöhrmann * Wandsbeker Marktstraße 141 * 22041 Hamburg

Auswahl & Kostenübersicht für Ihre Wunschleistung (IGeL)

Bitte kreuzen Sie die gewünschten Untersuchungen an und geben Sie diesen Bogen bei unserem Praxisteam ab. Die Abrechnung erfolgt nach der amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Labormodule (Bitte gewünschte Bausteine ankreuzen)

☐ **[] BASIS-PROFIL (Empfehlung für den Einstieg)**

Vitamin D (25-OH): 21,43 €

Vitamin B12: 16,76 €

Holotranscobalamin: 16,76 €

Ferritin (Eisenspeicher): 16,76 €

Laborkosten für dieses Modul: 71,71 €

☐ **[] ERWEITERUNG: SPORT & MUSKELN**

Magnesium im Serum: 2,68 €

Zink im Serum: 6,04 €

Calcium: 2,68 €

Phosphat: 2,68 €

Creatinkinase: 2,68

Laborkosten für dieses Zusatzmodul: 16,76 €

☐ **[] ERWEITERUNG: IMMUN & VITALITÄT**

Selen: 27,49 €

Vitamin B6: 38,20 €

TSH-Wert: 16,76 €

fT3-Wert: 16,76 €

fT4-Wert: 16,76 €

Laborkosten für dieses Zusatzmodul: 115,97 €



Dr. med. Andrej Wöhrmann * Wandsbeker Marktstraße 141 * 22041 Hamburg

☐ [] **ERWEITERUNG: HERZ & GEFÄSSE**

Homocystein: 38,20 €

CRP sensitiv: 13,41 €

Lipoprotein (a): 20,11 €

*Laborkosten für dieses Zusatzmodul: **71,72 €***