

Ein Aminosäureprofil ist aus mehreren Gründen sinnvoll: Aminosäuren sind die Bausteine aller Proteine im Körper und erfüllen zahlreiche lebenswichtige Funktionen. Sie sind nicht nur für den Aufbau von Muskeln, Organen, Haut und Haaren verantwortlich, sondern auch für die Produktion von Hormonen, Enzymen, Neurotransmittern (Botenstoffen im Gehirn) und Immunzellen. Ein Aminosäureprofil misst die Konzentration der verschiedenen Aminosäuren im Blut oder Urin und gibt Aufschluss darüber, ob der Körper ausreichend mit diesen wichtigen Nährstoffen versorgt ist.

Ein solcher Test ist besonders sinnvoll bei chronischer Müdigkeit und Erschöpfung, da bestimmte Aminosäuren für die Energieproduktion benötigt werden. Bei Stimmungsschwankungen, Depressionen oder Angstzuständen kann ein Mangel an Aminosäuren wie Tryptophan oder Tyrosin vorliegen, die für die Bildung von Serotonin und Dopamin wichtig sind. Auch bei Verdauungsproblemen, erhöhter Infektanfälligkeit durch ein geschwächtes Immunsystem oder verzögerter Wundheilung kann ein Aminosäuremangel die Ursache sein.

Sportler und körperlich aktive Menschen profitieren ebenfalls von einem Aminosäureprofil, da es Hinweise auf Muskelaufbau, Regeneration und Leistungsfähigkeit gibt. Bei vegetarischer oder veganer Ernährung hilft der Test festzustellen, ob alle essentiellen Aminosäuren in ausreichender Menge aufgenommen werden. Auch bei Stoffwechselstörungen, chronischen Erkrankungen oder nach Operationen kann die Analyse wichtige Informationen liefern.

Durch die Kenntnis des individuellen Aminosäurestatus können gezielte Ernährungsempfehlungen gegeben und bei Bedarf spezifische Aminosäuren oder Proteinpräparate ergänzt werden. Dies ermöglicht eine personalisierte Therapie, die auf die tatsächlichen Bedürfnisse des Körpers abgestimmt ist und hilft, gesundheitliche Beschwerden an der Wurzel zu behandeln.