

**Der Test zeigt, welche kleinen Gen-Schalter deine Neurotransmitter wie Serotonin, Dopamin, Noradrenalin, GABA und Glutamat beeinflussen. Er macht sichtbar, ob in diesen Systemen eher mehr Unterstützung gebraucht wird, damit Stimmung, Fokus, Stressreaktion und Schlaf im Gleichgewicht bleiben. Das Ergebnis liefert dir klare Prioritäten, worauf du im Alltag achten solltest, zum Beispiel bei Ernährung, Schlafrhythmus, Bewegung, Stressmanagement und wichtigen Nährstoffen. Es geht nicht um Diagnosen, sondern um Tendenzen und um gezielte Orientierung, damit du deine Gewohnheiten und gegebenenfalls deine Mikronährstoffstrategie sinnvoll anpassen kannst. Am meisten Nutzen hast du, wenn du die Resultate zusammen mit deinen aktuellen Beschwerden und verfügbaren Laborwerten betrachtest, um daraus einen persönlichen, umsetzbaren Plan abzuleiten.**