

**Beauftragung**  
**für eine individuelle**  
**Gesundheitsuntersuchung**

Name: .....

Vorname: .....

Geburtsdatum: .....

Straße: .....

Ort: .....

Hiermit beauftrage ich Herrn Dr. Lindauer, die umseitig markierten Untersuchungen durchzuführen. Mir ist bekannt, dass ich die gewünschten Untersuchungen selbst zu bezahlen habe. Mir ist weiterhin bekannt, dass ich gegenüber meiner Krankenkasse in der Regel keinen Anspruch auf Kostenerstattung oder Teilerstattung habe.

.....  
Unterschrift Auftraggeber

Datum: .....

**Anti-Aging Mann** € 192,00

Testosteron, Östradiol, , DHEA-S,  
IGF - 1, TSH, Cortisol, Cholesterin,  
HDL und LDL Cholesterin, Triglyceride  
Homocystein, . Dazu : Vitamin C  
individueller Befundbericht, Beratung

**Anti-Aging Frau:** € 188,30

Gesamt - Testosteron, , Östradiol, FSH,  
DHEA-S, TSH, Cholesterin, HDL und LDL  
Cholesterin, Triglyceride, Homocystein,  
Ferritin, Vitamin C  
individueller Befundbericht, Beratung

Darüber hinaus kann ich je nach  
Notwendigkeit weitere Tests aus Blut,  
Speichel und Urin bei Ihnen durchführen

**Dr. Hans-G. Lindauer**  
**prakt.Arzt/Naturheilverfahren/Zahnarzt**  
Friedensallee 36 22765 Hamburg  
Telefon: 040/ 270 40 70  
Telefax: 040/ 279 83 34  
**E-Mail : [dr.lindauer@dr-lindauer.de](mailto:dr.lindauer@dr-lindauer.de)**

**Dr. med. Hans-G. Lindauer**

# Anti-Aging- Vitalitäts- Diagnostik

**Überprüfung**  
**individueller Hormonspiegel**  
**und**  
**Stoffwechselfparameter**

**Persönliche Vitalitätsberatung**  
**... mit notwendigen**  
**Laboruntersuchungen**

Die globale mittlere Lebenserwartung beträgt zur Zeit etwa 79 Jahre für Frauen und 72 Jahre für Männer. Sie wird sich in den kommenden Jahrzehnten nochmals, insbesondere auf Grund der

zu erwartenden Fortschritte in der Medizin, deutlich steigern.

Für viele Menschen rückt parallel zu dieser sehr erfreulichen Entwicklung der Wunsch in den Vordergrund, unnötige frühe Altersbeschwerden zu vermeiden. Gesund und fit vital alt werden ist für Sie das zentrale Motto.

Dies Ziel erreichen Männer und Frauen zunächst durch -Veränderungen ihrer Gewohnheiten:

Regelmäßiges, individuell angepasstes Fitness- und Ausdauertraining sowie eine abgestimmte Ernährung sind einige der wichtigen Bausteine. Zu beiden Bereichen biete ich Ihnen ein spezielles ergänzendes Konzept an:

Bei der Erforschung der Ursachen und Abläufe von Alterungsprozessen wurde als entscheidende Erkenntnis erarbeitet, dass diese zum Teil mit beeinflussbaren Veränderungen des individuellen Hormonprofils und einiger Stoffwechsellparameter einhergehen.

Der beim Mann auftretende Symptomenkomplex von Beschwerden und Veränderungen ab dem etwa 4. Lebensjahrzehnt wird häufig mit "Wechseljahre des Mannes" oder "Aging Male" bezeichnet.

Selbstverständlich sind auch die Wechseljahresbeschwerden der Frau Ausdruck einer möglichen Unterversorgung mit wichtigen Botenstoffen des weiblichen Organismus

**Was liegt dem zugrunde?  
Wie kann man es beeinflussen ?**

**Gilt das auch für mich ?**

**Was kann ich individuell tun ?**

**Gibt es überhaupt Hilfe ?**

Etwa ab dem 40. Lebensjahr kommt es zu einem kontinuierlichen Abfall des Testosteronspiegels im Blut, zusätzlich verändert sich die Tagesrhythmik der Ausschüttung. Parallel wird mehr SHBG (Sexual - Hormon - Binding-Globulin) produziert mit der Wirkung, dass das biologisch aktive, freie Testosteron (FAI, freier Androgen-Index) abnimmt, und damit auch die Wirkung !

Das der Osteoporoseentwicklung entgegenwirkende Hormon Östradiol wird bei Männern durch Umwandlung von Testosteron gebildet. Bei abfallenden Testosteronspiegeln kommt es daher auch zu abfallenden Östradiolspiegeln im Blut.

DHEA wird in den Nebennieren des Menschen aus Cholesterin synthetisiert. Es wird leicht in Östrogene und Testosteron umgewandelt und dient daher als zusätzliche Reserve für diese wichtigen Sexualhormone (der genaue direkte Wirkmechanismus des Hormons ist jedoch noch nicht gänzlich geklärt).

**Mit fortschreitendem Alter fallen die DHEA-Spiegel im Blut kontinuierlich ab (ca. 2 % pro Jahr); zusätzlich kommt es zur Aufhebung des Tagesrhythmus in der DHEA-Bildung.**

Alle diese beschriebenen, sich langsam und kontinuierlich entwickelnden Veränderungen können sich negativ auf vielfältige Weise bemerkbar machen: Individuelle Leistungsminderung mit depressiver Verstimmung und Müdigkeit, Haarausfall, Gewichtszunahme, mögliche Entgleisung des Fett- und Zuckerstoffwechsels mit

erhöhtem Risiko für beispielsweise Diabetes mellitus und Herzinfarkt, Rückgang von Libido und Potenz und Beginn der Osteoporose.

Eine ganz wesentliche und häufig unterschätzte Rolle für sehr viele Stoffwechselfvorgänge im Körper spielt die Schilddrüse. Die Funktion kann durch die genaue Bestimmung von TSH und FT4 im Blut hinreichend beurteilt werden. Zu achten ist in jedem Fall auf eine ausreichende Versorgung des Organismus mit Jod.

Für den Gesamtorganismus ist schließlich eine ausreichende Kapazität an anti-oxidativen Schutzmechanismen von entscheidender Bedeutung. Diese helfen, für viele Stoffwechselfunktionen schädliche oxidative Prozesse wirkungsvoll zu verhindern. Ein erster Überblick über die körpereigenen Reserven wird durch die Bestimmung von Vitamin C und das Homocystein (wichtiger Risikofaktor für die Arteriosklerose) erreicht.

Für alle aufgeführten Untersuchungen ist eine **Blutabnahme** (möglichst nach einer **Nüchternperiode von 8 bis 12 Stunden**) **morgens**

zwischen 08.00 Uhr und 09.00 Uhr erforderlich.

Die Ergebnisse werden individuell, die Hormone bezogen auf die entsprechende Altersgruppe und auf die Referenzaltersgruppe, beurteilt.

Bei einer nachgewiesenen Unterversorgung des Körpers mit einem der untersuchten Hormone, Vitamine oder Stoffwechsellparameter kann eine Ergänzung, insbesondere bei zusätzlich vorhandenen Beschwerden und/oder sichtbaren Veränderungen, nützlich sein. Dieses kann dann in einem persönlichen Gespräch erörtert werden..

Lassen Sie sich durch mich individuell umfassend beraten.