

BALANCETEST



- ▶ **Tørblodplet selvtest**
- ▶ **Måler 11 fedtsyrer i dit blod.**
- ▶ **Informerer om din Omega-6:3 balance**

I nutidens moderne verden spiser vi anderledes end vi gjorde i begyndelsen af 1900'erne, da fx Fastfood ikke var på menuen. Men selvom du laver din egen mad, er ingredienserne desværre ikke af samme kvalitet længere. Kød har en tendens til hovedsageligt at komme fra dyr, der fodres i en lade med foder i stedet for at spise græs på de åbne marker, og fisk som laks opdrættes i lukkede bassiner og fodres med fiskemel i stedet for at spise alger i dybhavene. Det har en enorm betydning for næringsværdien i maden og dermed i vores celler, væv og kroppe.

Zinzino BalanceTest er en nem selvtest til analyse af fedtsyrerne i dit blod, hvilket afspejler fedtet i den mad, du spiser. BalanceTest er en tørblodpletprøve (DBS), som er videnskabeligt bevist at være lige så præcis som en venøs blodprøve, når fedtsyrer skal analyseres.

Alt det kræver, er en lille bloddråbe fra fingeren på et filterpapir og det tager mindre end et minut at udføre. VITAS Analytical Services* analyserer anonymt indholdet af 11 fedtsyrer** i blodet med 98 % sikkerhed. Resultatet vises derefter efter ca. 20 dage på hjemmesiden zinzinotest.com, hvor der gives oplysninger om omega-6:3-balancen, omega 3-indholdet, en fedtsyrebeskyttelsesprofil og mere.

Undersøgelser af fedtsyreprofilen i blodet har vist, at denne profil er stærkt relateret til sundhedstilstanden.

*Vitas er et GMP-certificeret kemisk analyse kontraktlaboratorium med 20 års erfaring i at levere en højkvalitativ kromatografisk analyse baseret på banebrydende viden og teknologi.

** De 11 fedtsyrer er: Palmitinsyre (PA), stearinsyre (SA), oliesyre(OA), linolensyre (LA), alpha-linolensyre (ALA), gamma-linolensyre (GLA), dihomoGamma-linolensyre (DHGLA), arachidonsyre (AA), eicosapentaensyre (EPA), docosapentaensyre (DPA) og docosahexaensyre (DHA).

HVORDAN VIRKER DET?

Du skal tage din første BalanceTest og derefter starte med det samme for at tage din daglige dosering af Zinzino Balance-produkter.

Fortsæt med at tage Balance produkter som anbefalet i 120 dage, hvorefter du skal tage din anden BalanceTest for at finde ud af, hvordan din fedtsyreprofil har ændret sig.

**Viser dine første resultater en Omega-6:3 balance på 3:1 eller bedre, så du bør kontakte Zinzino, da du ikke behøver Balance produkter.*

DIN BESKYTTELSE (FEDTSYREPROFIL VÆRDI)

Denne faktor vedrører profilen af 11 fedtsyrer i dit blod. Skalaen går fra 0 -100, og målet er at hjælpe din kunde med at nå 100 på deres anden test efter 120 dage. Dette fortæller ikke noget om personens sundhedstilstand, kun fedtsyrebeskyttelsesniveauet.

OMEGA-6 (AA) TIL OMEGA-3 (EPA) BALANCE

Omega-6 (AA) til Omega-3 (EPA) balancen er en måling, der viser balancen mellem Omega-6 og Omega-3 fedtsyrer. Balancen mellem de to gør din profil ubalanceret (over 9:1), halvbalanceret (mellem 9:1 til 3:1) eller afbalanceret (3:1 eller derunder). Hvis din kunde har 3:1 eller højere værdier, vil målet være at ændre kosten for at opnå 3:1 eller lavere.

OMEGA-3 NIVEAU (EPA+DHA)

Procentdelen viser dig, hvor meget af din EPA + DHA Omega-3 er ud af din samlede fedtsyreprofil. Omega-3 har mange fordele fordi de er dine cellers primære byggesten. EPA er fremherskende i blod, muskler og væv mens DHA er fremherskende i hjerne, sæd og øjne. I testrapporten er det ideelle interval 8 % eller mere. European Food Safety Authority (EFSA) hævder at EPA and DHA deltager i opretholdelse af en normal hjertefunktion. DHA bidrager også til vedligeholdelsen af et normalt syn og vedligeholdelse af normal hjernefunktion.

CELLEMEMBRANENS FLUIDITETSINDEKS

Dette udgøres af balancen mellem mættet fedt og Omega-3 (EPA+DHA). Mættede fedtstoffers fluiditet er mindre end fluiditeten for Omega-3 fedtstoffer. En bedre balance 4:1 (mættet fedt i forhold til Omega-3 fedt) vil øge cellemembranens fluiditet.

MENTAL STYRKE - KOSTINDEKS

Dette er balancen mellem Omega-6 (AA) og Omega-3 (EPA+DHA). En tilstrækkelig forsyning af marine Omega-3 fedtsyrer, DHA, i kosten bidrager til opretholdelsen af en normal hjernefunktion. Hjernen er nervesystemets kontrolcenter. Den overvåger og kontrollerer kroppens respons på informationer fra syn, hørelse, lugtesans og smag.

ARACHIDONSYRE (AA) DANNELSESEFFEKTIVITET

Dette viser effektiviteten, hvorved din krop omdanner fedtsyrer, Omega-6, fra fødevarer i din kost til de essentielle fedtsyrer Omega-6 (AA) i din krop. Hvis du har mindre end 30 % effektivitet, anbefales det at inkludere fødevarer i din kost, der scorer højt i AA, såsom kylling, kalkun, gris og opdrættet laks.

TAG TESTEN

1. Zinzino Test er et godkendt in vitro diagnostisk produkt til personlig blodprøvetagning hjemme. - **vask først hænderne med sæbe og skyl godt med varmt vand og tør dem.**
Tag prøvekortet ud af papirkuverten. Gem kuverten til senere brug. Riv **GEM**-delen af prøvekortet og tag et billede af test ID'et. Du kan KUN se DINE prøveresultater med dit PERSONLIGE test ID. Anbring kortet med de to cirkler opad på bordet.
2. Brug en alkohol vådserviet til at rengøre din fingerspids (langfingeren anbefales).
Stimuler blodgennemstrømningen ved at lave store cirkler med armen eller ryste hånden nedad i 20 sekunder. Udtag lancetten til engangsbrug. Drej den tynde plastikprop 1/4 omdrejning mod uret. Træk proppen ud og lancetten er klar til brug.
3. Placer lancetten mod den **nederste** del af fingerspidsen, der vender mod opsamlingspapiret på bordet. Skub toppen af lancetten mod fingeren, indtil du hører et klik. Lancetten prikker automatisk et lille hul i fingeren.
4. Berør ikke filterpapirets cirkler med dine hænder. Klem fingeren forsigtigt en gang og tilføj flere, mindst 3, frit dryppende bloddråber til hver cirkel, der er markeret på prøvekortet. Blodet skal fylde den indre del af cirklerne helt.
Vigtigt: Undgå mange aggressive klem af fingeren for at tvinge blodet til at dryppe.
5. Lad prøvekortet stå i vandret stilling ved stuetemperatur i mindst 10 minutter, så prøverne tørrer godt.
6. Læg prøvekortet tilbage i papirkuverten. Placer derefter papirkuverten i metalposen og luk den.
Vigtigt: Fjern ikke tørreposen inde i metalposen.
7. Placer den lukkede metalpose i den store kuvert med laboratoriets adresse uden på: BEMÆRK! Du SKAL anbringe den korrekte mængde af frimærker på kuverten før du lægger i postkassen.
8. Gå på internettet og registrer din testkode på **www.zinzinotest.com**. Det er også denne hjemmeside, hvorpå du senere kan se dine prøveresultater. Det tager 10-20 dage inden dine resultater er færdige.
Vigtigt: Gem GEM-delen af kortet. Du kan KUN se DINE prøveresultater på internettet med dit PERSONLIGE test ID.

