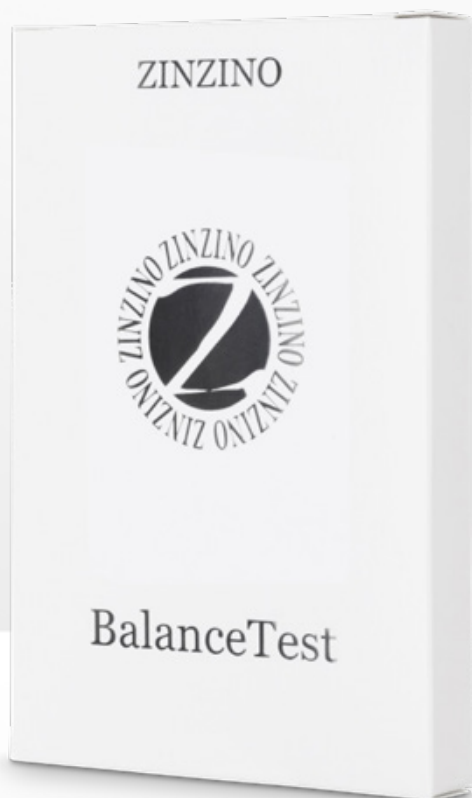


BALANCETEST



- ▶ **Torrt blodfläcktest**
- ▶ **Mäter 11 fettsyror i blodet**
- ▶ **Ger information om din omega-6:3-balans**

I dagens moderna samhälle äter vi annorlunda än vi gjorde i början på 1900-talet när t.ex. snabbmat inte fanns på menyn. Men även om du lagar din egen mat, är det tyvärr så att ingredienserna inte längre håller samma kvalitet som tidigare.

Kött tenderar att komma från djur som utfordras med kraftfoder i ladugårdar istället för att beta gräs på öppna fält och fisk som lax odlas i slutna bassänger och matas med fiskmjöl istället för att äta alger i havsdjupet. Detta har stor påverkan på livsmedlens näringsvärden och därmed även näringsvärdena i våra celler, vävnader och kroppar.

Zinzinos BalanceTest är ett enkelt självtest för att analysera fettsyror i blodet, vilket återspeglar fett i den mat som du äter. BalanceTest är ett torrt blodfläcktest som är vetenskapligt bevisat att vara lika noggrant som ett venöst blodprov för analys av fettsyror.

Testet tar mindre än en minut att genomföra och du behöver bara applicera några få droppar blod från fingertoppen på det medföljande filterpappret. VITAS Analytical Services* analyserar anonymt innehållet av 11 fettsyror** i blodet med 98 % säkerhet. Resultatet redovisas efter ca 20 dagar på webbplatsen zinzinotest.com där du får information om omega-6:3-balansen, omega 3-innehållet, en skyddsprofil för fettsyror och annat.

Studier på blodets fettsyraprofil har visat att den har en stark koppling till hälsostatus.

*Vitas är ett GMP-certifierat (följer god tillverkningssed) kontraktslaboratorium för kemikalieanalys med 20 års erfarenhet av att tillhandahålla högkvalitativa kromatografiska analyser baserat på de senaste rönen och teknikerna.

** De 11 fettsyrorerna är palmitinsyra (PA), stearinsyra (SA), oleinsyra (OA), linolsyra (LA), alfa-linolsyra (ALA), gamma-linolsyra (GLA), di-homo-gamma-linolsyra (DHGLA), arakidonsyra (AA), eikosapentaensyra (EPA), dokosapentaensyra (DPA) och dokosaheksaensyra (DHA).

HUR FUNGERAR DET?

Vi rekommenderar att du startar med att ta ett BalanceTest och därefter börjar ta din dagliga dos av Zinzino Balance-produkter på en gång.

Fortsätt att ta Balance-produkterna enligt rekommendationerna i 120 dagar och ta sedan ditt andra BalanceTest för att ta reda på hur din fettsyreprofil har förändrats.

**Om dina första resultat visar en omega-6:3-balans på 3:1 eller bättre så kontakter du Zinzino eftersom du då inte behöver Balance-produkten.*

DITT SKYDD (VÄRDE FÖR FETTSYRAPROFIL)

Denna faktor avser profilen för 11 fettsyror i blodet. Skalan går från 0 till 100 och målet är att hjälpa kunden att nå 100 på sitt andra test efter 120 dagar. Detta säger inget om personens hälsostatus, utan redovisar bara fettsyreskyddsnivån.

BALANS MELLAN OMEGA-6 (AA) OCH OMEGA-3 (EPA)

Mätningen av balansen mellan omega-6 (AA) och omega-3 (EPA) mäter balansen mellan fettsyrorna omega-6 och omega-3. Balansen mellan dessa två innebär att din profil antingen är obalanserad (över 9:1), halvbalanserad (mellan 9:1 och 3:1) eller balanserad (3:1 eller under). Om din kund har 3:1 eller högre värde, är målet att ändra dieten för att nå 3:1 eller lägre.

OMEGA-3-NIVÅ (EPA + DHA)

Procentsatsen visar hur mycket av din totala fettsyreprofil som består av omega-3 (EPA + DHA). Omega-3-fettsyror har många fördelar eftersom de är de primära byggstenarna i cellerna. EPA är dominant i blod, muskler och vävnad medan DHA är dominant i hjärna, sperma och ögon. I testrapporten är idealintervallet 8 % eller mer. EFSA (European Food Safety Authority) anser att EPA och DHA bidrar till normal hjärtfunktion. DHA bidrar också till normal syn och hjärnfunktion.

INDEX FÖR CELLMEMBRANSFLUIDITET

Detta är balansen mellan mättade fetter och omega-3 (EPA + DHA). Fluiditeten för mättade fetter är lägre än för omega-3-fetter. En bättre balans än 4:1 (mättade fetter i förhållande till omega-3-fetter) ökar cellmembranets fluiditet.

MENTAL STYRKA – DIETINDEX

Detta är balansen mellan omega-6 (AA) och omega-3 (EPA + DHA). En adekvat tillförsel av omega-3-fettsyror från havsriket, DHA, i dieten bidrar till normal hjärnfunktion. Hjärnan är nervsystemets kontrollcenter. Den övervakar och styr kroppens respons på syn-, hörsel-, lukt- och smaktryck.

BILDNINGSEFFEKTIVITET FÖR ARAKIDONSyra (AA)

Detta visar med vilken effektivitet som din kropp omvandlar fettsyror, omega-6, från livsmedlen i dieten till de essentiella fettsyrorna omega-6 (AA) i kroppen. Om effektiviteten är lägre än 30 %, rekommenderas du att inkludera livsmedel i din diet med högt AA-innehåll, som kyckling, kalkon, griskött och odlad lax.

TA TESTET

1. Zinzino Test är en godkänd in vitro-produkt för diagnostiskt bruk avsedd för privat blodtagning i hemmet.

– Börja med att tvätta händerna med tvål och skölj noga med varmt vatten och torka dem.

Ta ut provkortet ur papperskuvertet.

Spara kuvertet för senare bruk.

Dra av delen där det står **SPARA** på provkortet och ta en bild av ditt test-ID. Du kan BARA visa DITT testresultat med hjälp av ditt PERSONLIGA test-ID. Placera kortet på bordet med de två cirkarna vända uppåt.

2. Använd en alkoholduk för att rengöra fingertoppen (långfingret rekommenderas). **Stimulera blodflödet** genom att göra stora cirklar med armen eller skaka handen nedåt i 20 sekunder. Ta ut engångslansetten. Vrid det smala plaststoppet 1/4 varv motsols. Dra ut proppen för att göra lansetten klar för användning.

3. Placera lansetten mot den **nedre** delen av fingertoppen vänd mot insamlingspappret på bordet. Tryck lansettens topp mot fingret tills du hör ett klickande ljud. Lansetten gör automatiskt ett litet hål i fingret.

4. Rör inte filterpapperscirkarna med händerna. Tryck försiktigt på fingret en gång och tillsätt flera, och minst tre, fridroppande bloddroppar på varje cirkel som är markerad på provkortet. Blodet ska fylla den inre delen av cirkarna helt.

Viktigt: Undvik att trycka hårt flera gånger på fingret för att tvinga blodet att droppa.

5. Lämna provkortet i horisontellt läge i rumstemperatur i minst 10 minuter så att proverna torkar ordentligt.

6. Placera provkortet i papperskuvertet igen. Placera därefter papperskuvertet i metallpåsen och förslut den.

Viktigt: Ta inte bort torkpåsen i metallpåsen.

7. Placera den stängda metallpåsen i det stora kuvertet med laboratorieadressen på. OBS! Du MÅSTE fästa korrekt mängd frimärken på kuvertet innan du lägger det på brevlådan.

8. Gå ut på internet och registrera din testkod på **www.zinzinotest.com**. Det är på denna webbplats som du senare kan visa dina testresultat. Det tar 10–20 dagar tills resultatet är klart.

Viktigt: Spara den del av kortet som är märkt SPARA. Du kan BARA visa DITT testresultat på internet med hjälp av ditt PERSONLIGA test-ID.

