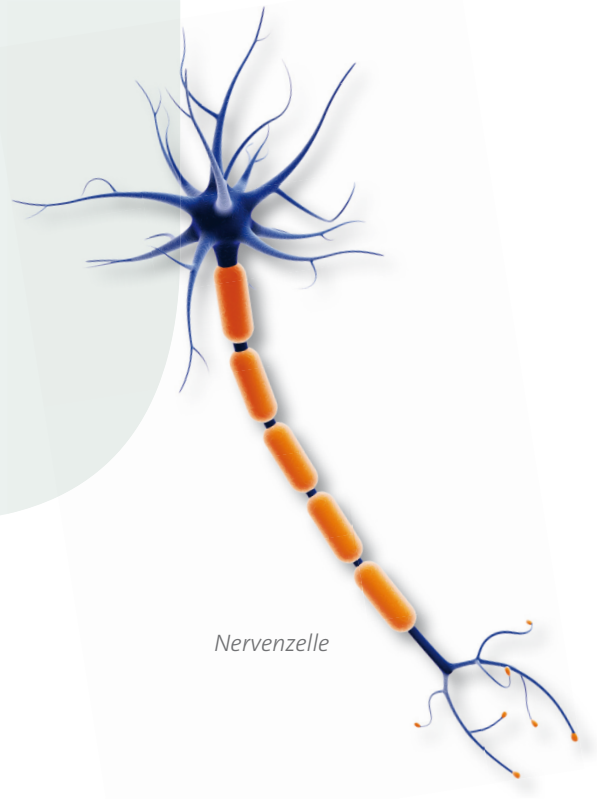


# Serotonin: Botenstoff für das Wohlbefinden

Serotonin ist lebensnotwendig. Es gibt ein Gefühl der Gelassenheit, Ausgeglichenheit, inneren Ruhe und Zufriedenheit. Unter anderem ist es dadurch auch an Appetit und Essverhalten, dem Gefühl der Sättigung und Angstfreiheit beteiligt.

Viele Menschen leiden unter psychischen Erkrankungen. Oft ist ein Mangel an Serotonin dafür verantwortlich. Ob eine solche Störung vorliegt, zeigt ein einfacher Urintest.



Nervenzelle

## ? Aufgaben und Vorkommen

Serotonin ist ein Gewebshormon und Gehirnbotenstoff (Neurotransmitter), das unter anderem im Zentralnervensystem, Darmnervensystem, Herz-Kreislauf-System und im Blut vorkommt. Es reguliert den Tonus (Spannung) der Blutgefäße und wirkt außerdem auf die Magen-Darm-Tätigkeit und die Signalübertragung im Zentralnervensystem.

Der Körper bildet Serotonin aus der Aminosäure Tryptophan. Tryptophan ist eine lebenswichtige Aminosäure und kann vom Menschen nicht selbstständig produziert werden. Sie muss mit der Nahrung aufgenommen werden. Es gibt Nahrungsmittel, die Serotonin oder Tryptophan vermehrt enthalten.

Ein Serotoninmangel führt häufig zu emotionaler Überempfindlichkeit, Migräneattacken, Lustlosigkeit, Stimmungstiefs und sogar zu aggressivem Verhalten. Dauerhafte Mangelerscheinungen können zahlreiche psychische Erkrankungen wie Depressionen, Schizophrenie, Angst, Appetit- und Schlaflosigkeit sowie Essstörungen fördern. Mit einem einfachen Urintest kann ein Serotoninmangel schnell erkannt und eine gezielte Therapie ermöglicht werden.

Serotoninreiche Lebensmittel:

- Walnüsse
- (Koch-)Bananen
- Ananas
- Kiwis
- Pflaumen
- Tomaten
- Kakao und kakaohaltige Produkte (z. B. Schokolade)

## \* Das Ergebnis auf einen Blick

Ob die Serotoninwerte vom Normbereich (50 - 250 µg/g Kreatinin) abweichen, wird im Laborbefund aufgezeigt.

Laborärztlicher Befundbericht		Endbefund, Seite 1 von 1
Benötigtes Untersuchungsmaterial: Urin, 2. Morgenurin stabilisiert (HCL)		
Untersuchung	Ergebnis	
Endokrinologie		
Serotonin im Urin	231,7 µg/g Kreatinin	

Befundauszug: Serotonin

Vorwert Referenzbereich

## + Vielfältige Auswirkungen

Serotonin wirkt auf Erinnerungs- und Lernvermögen, Appetitkontrolle, psychische Verhaltensweisen, Sexualität, Vorstellungskraft, körperliche Temperaturregelung, Muskelbewegungen, Drüsenfunktionen, Schmerz, Migräneanfälligkeit, Blutdruckverhalten und kardiovaskuläre Funktionen. Serotonin ist daher auch an unterschiedlichen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen, Migräne oder Erbrechen beteiligt.

Neben Melatonin, das aus Serotonin gebildet wird, ist Serotonin selbst auch für den Schlafrhythmus und zirkadiane und saisonale Rhythmen von Bedeutung.

## Gesundheit

Ein Auszug aus unserem diagnostischen und präventivmedizinischen Leistungsangebot:

### LDL-Cholesterin: Risiko für Herzerkrankungen!

Mit der Bestimmung der LDL-Subklassen mittels des neu entwickelten LipoMun®-Test kann die Vorhersagekraft für eine koronare Herzerkrankung deutlich verbessert werden.

### Tumortest M2-PK: Darmkrebs früh und sicher erkannt!

Beim Tumor M2-PK Stuhltest handelt es sich um einen Test, der nicht nach verstecktem Blut im Stuhl sucht, sondern ein für diesen Krebs typisches Enzym im Stuhl nachweisen kann.

### Prostatakrebs: PSA zur Krebsfrüherkennung

PSA, das Prostata-spezifische Antigen, ist ein Eiweiß, das von der Prostata gebildet wird und im Blut nachweisbar ist. Bei einem vorhandenen Prostata-Karzinom ist die PSA-Konzentration im Blut erhöht.

## Live-Vorträge im Internet auf [www.medivere.de](http://www.medivere.de)

Immer mehr Teilnehmer nutzen die Möglichkeit, sich über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zu Gesundheit und Vorsorge bei unseren Live-Vorträgen im Internet zu informieren. Hochqualifizierte Referenten vermitteln kostenfrei, fundiert und verständlich Themen aus Wissenschaft und Medizin und geben hilfreiche Tipps zu Therapie und Vorsorge.

