



NEW HEALTH ORDER
RECREATION CENTER

Die 5 Marker für Energie und Belastbarkeit

Welche Laborwerte bei **Erschöpfung, Brain Fog** und **verminderter Leistung** oft übersehen werden.

Ein neuer Blick auf Ihren Bluttest.



Das Paradox der Erschöpfung

Müdigkeit und Energielosigkeit sind heute allgegenwärtig. Doch oft fehlen die offensichtlichen Diagnosen. Sie fühlen sich erschöpft, aber das Standard-Blutbild bleibt unauffällig. Der Arzt sagt: "Ihnen fehlt nichts."

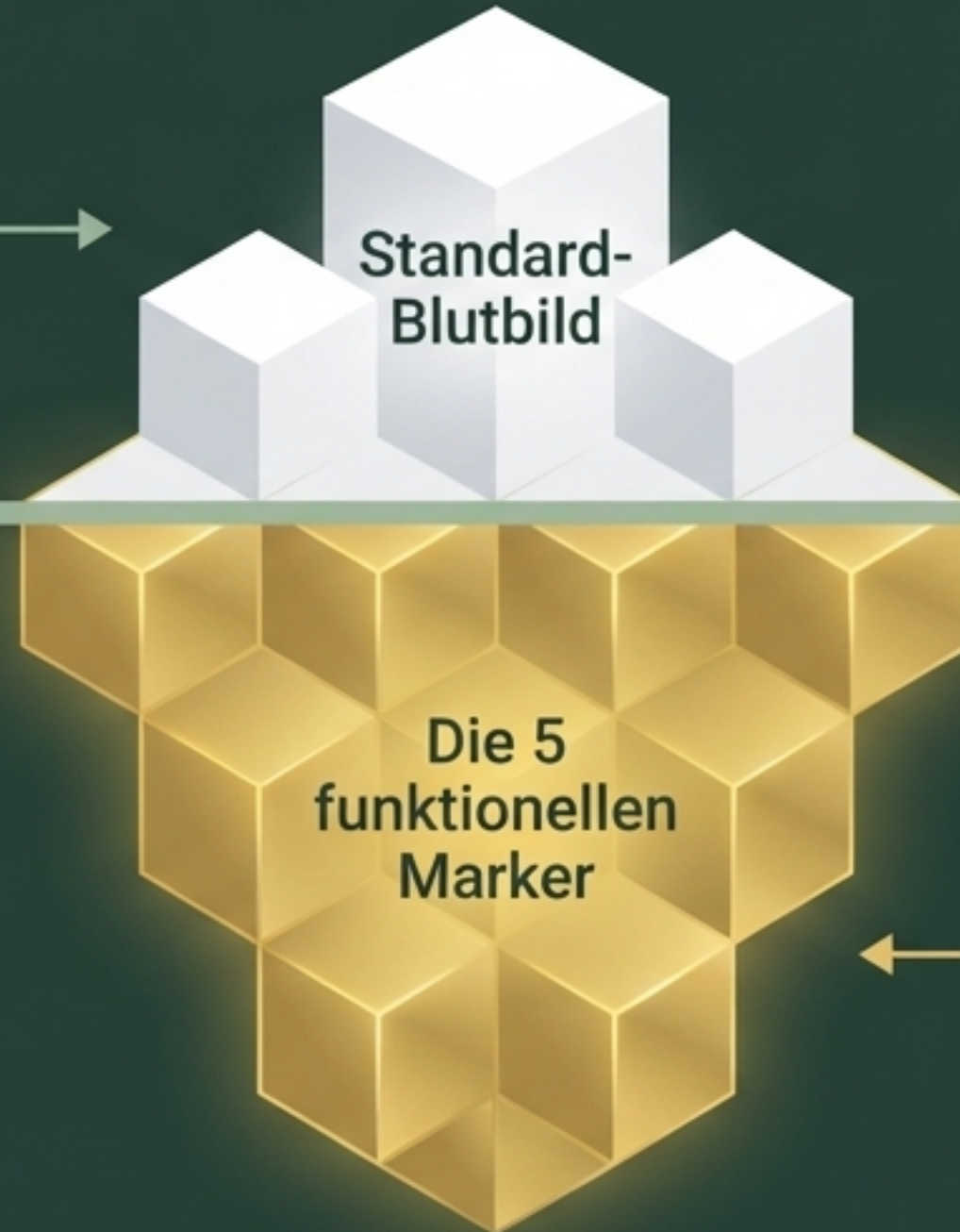


Wenn das Standard-Labor keine Antworten liefert, müssen wir tiefere Fragen stellen. Es geht um versteckte Ursachen, die in der Routine übersehen werden.

Der Blick unter die Oberfläche

OBERFLÄCHE

- Standard-Tests: Suchen nach akuten Krankheiten.
- Ergebnis: Erfassen oft nur extreme Mangelzustände.



Standard-
Blutbild

Die 5
funktionellen
Marker

TIEFE

- **NHO Diagnostik:** Sucht nach zellulärer Effizienz und Resilienz.
- **Ergebnis:** Deckt die 5 verborgenen Schlüsselmarker auf, die Ihren wahren Energiestatus bestimmen.



Marker 1: Ferritin (Der Eisenspeicher)

DER BLINDE FLECK

Man schaut nur auf Hämoglobin. Doch das ist nur der Tacho. Ferritin ist die eigentliche Batterie.

DIE REALITÄT

Eisen ist essenziell für den Sauerstofftransport. Ist der Speicher leer, kommt es zu Leistungsknick, blasser Haut und Erschöpfung – lange bevor das Standard-Blutbild Alarm schlägt. Besonders bei Frauen und veganer Ernährung kritisch.

DER TIEFE BLICK (NHO ZIELWERT)

- Kritisch: < 30 ng/ml
- Optimal: 30–50 ng/ml (unter Berücksichtigung von Entzündungswerten)



Marker 2: hs-CRP

(Die Stille Entzündung)

DER BLINDE FLECK

Das konventionelle CRP schlägt erst bei akuten Infekten an (>5 mg/l). Es übersieht die schwelende Glut.

DIE REALITÄT

'Low-Grade' (stille) Entzündungen rauben dem Körper unbemerkt massiv Energie. Sie sind ein unterschwelliges Immunstimulans, oft getrieben durch Stoffwechsel oder Autoimmunreaktionen, und ein Frühwarnzeichen für chronische Risiken.

DER TIEFE BLICK (NHO ZIELWERT)

- Hochsensitives CRP (hs-CRP) erfasst die leise Entzündung.
- Unauffällig: < 1,0 mg/l
- Risikobereich: > 1,0 mg/l (besonders ab 3,0 mg/l)



Akutes CRP (>5 mg/l)



hs-CRP (Stille Entzündung)

Marker 3: Cortisol (Das Stressprofil)

DER BLINDE FLECK

Eine einmalige Blutabnahme am Morgen ist eine Momentaufnahme. Sie ignoriert den lebenswichtigen Rhythmus.

DIE REALITÄT

Cortisol ist der Motor unseres Tagesrhythmus. Wenn die Nebennieren erschöpft sind (Adrenal Fatigue), fehlt der morgendliche Antrieb, während man abends paradoxerweise angespannt bleibt.

DER TIEFE BLICK (NHO ZIELWERT)

- Speichel-Tagesprofil: Mehrere Proben über den Tag.
- Optimal: Ein ausgeprägter Aufwach-Boost von mindestens +60% nach dem Aufstehen.



Marker 4: Vitamin D

(Das Fundament)

DER BLINDE FLECK

Wird oft als 'Lifestyle-Wert' abgetan oder der Grenzwert wird viel zu niedrig angesetzt.

DIE REALITÄT

Vitamin D wirkt wie ein Hormon. Es steuert direkt den Energiestoffwechsel, das Immunsystem und Neurotransmitter für Wachheit. Ein chronischer Mangel begünstigt Muskelschmerzen, Infekte und tiefe Erschöpfung (besonders im Winter).

DER TIEFE BLICK (NHO ZIELWERT)

- Messung: 25(OH)D im Serum.
- Limit: 20 ng/ml ist oft zu wenig.
- Optimal: 30–50 ng/ml.



Marker 5: Vitamin B12 (Die Nerven-Verkabelung)

DER BLINDE FLECK

Das Standard-Labor misst das 'Gesamt-B12'. Das ist oft trügerisch hoch, während die Zellen längst verhungern.

DIE REALITÄT

B12 und Folat sind das Kabelnetzwerk für Blutbildung und Gehirn. Ein Mangel auf Zellebene führt zu Konzentrationsstörungen, Brain Fog und Nervenkrabbeln.

DER TIEFE BLICK (NHO ZIELWERT)

Trügerisch: Gesamt-B12 > 200 pg/ml schließt Mangel NICHT aus.
Der wahre Test: Holo-Transcobalamin (Holo-TC < 35 pmol/l ist verdächtig) und Methylmalonsäure (MMA > 0,4 µmol/l).



Die Energie-Matrix

Energie ist kein einzelner Schalter, sondern ein biologischer Kreislauf.



Bricht ein Knotenpunkt zusammen, verdunkelt sich das gesamte System.
Deshalb testen wir bei New Health Order immer alle fünf Marker holistisch.

Standard-Labor vs. NHO Diagnostik

DER MARKER	DER BLINDE FLECK (Standard)	DER TIEFE BLICK (NHO)
Ferritin	Ferritin im Serum (Oft durch Entzündung verfälscht)	+ Transferrinsättigung, Serum-Eisen, Eisen, hs-CRP (Zur exakten Interpretation)
hs-CRP	Konventionelles CRP (Reagiert erst ab ~5 mg/l)	hs-CRP (Empfindlich für gefährliche Low- Grade Entzündungen ab 0,1 mg/l)
Cortisol	Einmalige Blutabnahme (Erfasst keinen Rhythmus)	Speichel-Tagesprofil (Erfasst die Stressachse und Nebennieren-Dynamik)
Vitamin D	25(OH)D (Mangel oft ignoriert)	Fokussiert auf funktionelles Optimum (>30–50 ng/ml)
Vitamin B12	Gesamt-Cobalamin (Trägerische 'falsch normale' Werte)	Holo-TC (Aktives B12) & MMA (Misst den echten zellulären Bedarf)

Ihr Weg zurück in die Kraft



Hören Sie auf zu raten. Fangen Sie an zu messen.

Wenn Sie trotz "normaler" Blutwerte erschöpft sind, ist es Zeit für den tiefen Blick. Die wahre Ursache Ihrer Müdigkeit liegt oft nur einen gezielten Test entfernt.

Vereinbaren Sie jetzt Ihre kostenfreie Erst-Anamnese bei New Health Order.
Scannen Sie den Code, um direkt zu starten.



NEW HEALTH ORDER
RECREATION CENTER

EVIDENZ-BASIERTES GESUNDHEITSWISSEN