

## WER?

### Personen...

- ... mit psychischem und körperlichem Stress
- ... mit Herz-Kreislaufkrankungen
- ... mit Burnout-Syndrom / Depressionen
- ... mit Schlafstörungen
- ... mit Diabetes / metabolischem Syndrom
- ... mit Schmerzen
- ... mit COPD
- ... in der Schwangerschaft
- ... mit Reizdarm
- ... mit chronischen Entzündungen
- ... mit Wechseljahresbeschwerden
- ... mit hormonellen Erkrankungen
- ... mit degenerativen Erkrankungen
- ... mit Osteoporose / Arthrose
- ... mit Schwindel
- ... mit Tinnitus
- ... mit Migräne
- ... mit chronischen Hauterkrankungen
- ... vor, während und nach Chemo- Strahlentherapie
- ... mit Störfeldern im Zahn-, Mund- und Kieferbereich
- ... mit CMD (craniomandibuläre Dysfunktion)
- ... mit Unterleibsbeschwerden

## WARUM?

- zur Prävention
- zur Abklärung der Gesundheits- oder Krankheitsprognose
- zur Feststellung des Burnout Risikos
- um zu erkennen wie der Körper mit den Belastungen und Stresssituationen des Alltags umgeht
- zur Therapiekontrolle von Medikamenten und anderen Therapien auf das VNS
- um die Belastbarkeit Ihres Körper zu beurteilen
- für die Risikobewertung der Organsysteme bei bestehenden Erkrankungen

## WIE OFT?

- Ein bis zweimal pro Jahr zur Prävention
- Einmal für die Anamnese (Krankheitsgeschichte, genetische Veranlagung usw.)
- Nach Bedarf zur Therapiekontrolle bei bestehenden Erkrankungen
- Auf Empfehlung des Therapeuten

**Körperspannung** und **Körperentspannung** sollten im Gleichgewicht sein, um das Funktionieren der Organe zu gewährleisten!

Die VNS Analyse ist von allen Institutionen anerkannt und besitzt medizinischen und wissenschaftlichen Goldstandard. Nahezu alle privaten Kassen erstatten die Kosten für die VNS Analyse.

### Exzellente Therapiemöglichkeiten für das VNS:



STRESSRESIST fördert die Leistungsfähigkeit und schafft gleichzeitig die Voraussetzung für innere Ausgeglichenheit. Erhöhen Sie Ihre Stressresistenz mit der einzigartigen Heilpflanzen-Kombination von STRESSRESIST. Erhältlich bei Ihrem Therapeuten oder unter [www.stressresist.com](http://www.stressresist.com).

Vagusvit® ist Ihr „individueller Atemtrainer“ zur Stärkung Ihres Entspannungsnerven. Vagusvit®

ist eine kostenpflichtige Software für Apple und Android Geräte, die es Ihnen auf einfache Weise ermöglicht, einen gesunden, den Vagus stimulierenden Rhythmus zu atmen. Laden Sie sich jetzt die Vagusvit® App im App Store oder Google Play Store herunter!



COMMIT GmbH · Poststraße 37a · D-38704 Liebenburg  
Telefon: +49 5346 / 912 415 · Fax: +49 5346 / 912 416  
[info@creatinghealth.de](mailto:info@creatinghealth.de)

Ihr Ansprechpartner:

Version 02

[www.vnsanalyse.de](http://www.vnsanalyse.de)

**COMMIT**  
CREATING HEALTH

# Mein Leben

Ist **mein Körper** damit einverstanden?



**vnsanalyse**®  
Analyse des vegetativen Nervensystems

**schmerz- und nebenwirkungsfrei**

VNS = Vegetatives Nervensystem

Der  
Check-up  
für die ganze  
Familie  
Hier messen  
lassen!

## Das sollten Sie wissen!

Die **Analyse des vegetativen Nervensystems** ist die erste Methode, die sich im Anmarsch befindliche Erkrankungen sichtbar macht, auch wenn alle Laborparameter und andere Untersuchungsergebnisse noch völlig unauffällig sind.

...so einfach wie Blutdruck messen...



„Es gibt keine Methode, die früher und einfacher auf beginnende organische Störungen hinweist!“

### Was genau ist das vegetative Nervensystem (VNS)?

Das VNS ist die oberste Schaltzentrale im Körper und stellt dort die Weichen für die Steuerung und Regulation der Organe- und Organsysteme. Das VNS reguliert sämtliche Vitalfunktionen (z. B. Herz-Kreislauf, Atmung, Blutdruck, Immunsystem usw.).

### Was sind die Aufgaben des vegetativen Nervensystems?

Das VNS besteht aus zwei Hauptnerven, dem Sympathikus (auch Spannungsnerv oder Kampf- und Flucht Nervensystem genannt) und dem Parasympathikus (Entspannungsnerv oder Ruhe- und Erholungsnervensystem genannt).

Der Spannungsnerv steuert die Körperfunktionen während körperlicher Anstrengung, aber auch bei Stress oder bei emotionalen Belastungen. Dabei haben Funktionen des Verdauungssystems, des Immunsystems und der Geschlechtsorgane keine Priorität. Der Körper stellt alle Ressourcen den Körperfunktionen zur Verfügung, die für Kampf oder Flucht lebensnotwendig sind.

Der Entspannungsnerv wird in Zeiten der Ruhe und Erholung aktiv. Er ist vorrangig für den Energieaufbau verantwortlich. Die Ressourcen werden für wichtige Regenerationsprozesse aber auch für Verdauung, Stärkung des Immunsystems und für eine gesunde Reproduktionsfähigkeit bereitgestellt.

### Was hat das VNS mit chronischen Erkrankungen zu tun?

Lange bevor es zu einer chronischen Erkrankung kommt, kann der Spannungsnerv selbst in Ruhezeiten aktiv sein. Diese gestörte Anpassungsfähigkeit geht mit weitreichenden Folgen für die Gesundheit einher. Tausende klinische Studien haben den Zusammenhang zwischen einer überhöhten Aktivität des Spannungsnerven und dessen Auswirkungen auf Lebenserwartung und Krankheitsentstehung bestätigt.

### Was genau macht die VNS Analyse?

In nur sieben Minuten bestimmt die VNS Analyse den Zustand Ihres vegetativen Nervensystems. In einer leicht zu verstehenden Balkengrafik wird dargestellt, wie Ihr Körper sich an Stress und individuellen Lebensstil anpassen kann.

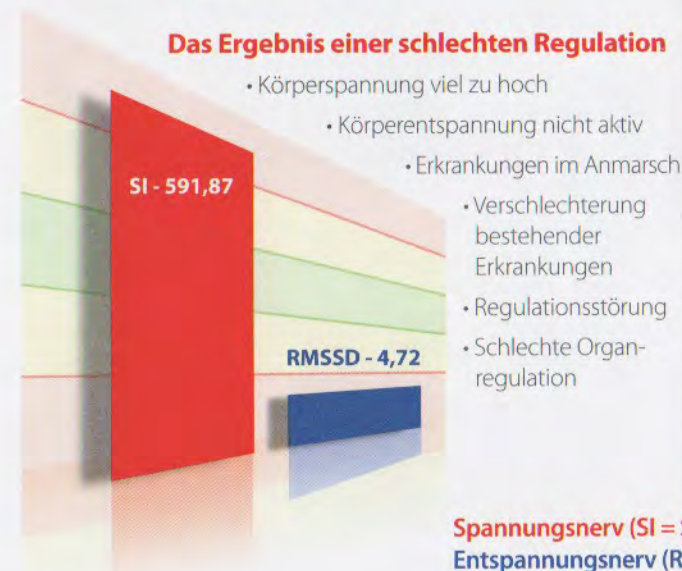
„Eine erkannte Regulationsstörung kann organische Erkrankungen verhindern!“

### Was wird bei der VNS Analyse genau gemessen?

Über einen Brustgurt wird der Zustand der beiden Hauptnerven des VNS gemessen. Die Aktivität des Spannungsnerven (roter Balken) und des Entspannungsnerven (blauer Balken) wird grafisch sichtbar gemacht. Im Ruhezustand sollte der Entspannungsnerv aktiv werden und im grünen Bereich liegen.

Leider ist das Gleichgewicht zwischen körperlicher Spannung und Entspannung immer häufiger gestört. Organe und Organsysteme können somit nicht mehr bedarfsgerecht gesteuert und reguliert werden, was weitreichende Folgen nach sich ziehen kann. In der Regel erfolgt direkt im Anschluss an die Ruhemessung eine zweite Messung, bei der Sie über eine vorgegebene getaktete Atmung Ihren Entspannungsnerven stimulieren. Hierbei können vorhandenen Reserven sichtbar gemacht und die Schwere einer Regulationsstörung festgestellt werden.

## VNS Analyse im Bild



„Organe können nur so funktionieren, wie sie vom VNS reguliert werden!“

Die VNS Analyse ist die ideale Prävention für die ganze Familie. Vereinbaren Sie noch heute einen Termin für Ihre persönliche Messung und finden Sie heraus wie Ihr Körper die tagtäglichen Herausforderungen meistert.

**Nehmen Sie sich die Zeit.**  
Ihrer Gesundheit zuliebe!

### Das Ergebnis einer guten Regulation

- Körperspannung und Körperentspannung im Gleichgewicht
- Gute Organregulation

**Alles im grünen Bereich!**

