

# Mein Check-up Plus

## vnsanalyse



Analyse des vegetativen Nervensystems

... zeigt mir, *ob Stress schädliche Auswirkungen auf den Schwangerschaftsverlauf haben kann.*

# Schwanger?



**Hier  
messen  
lassen!**

7 min., die Klarheit  
bringen!

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

...so einfach wie Blutdruck messen...

# Mein Check-up Plus

## vnsanalyse

Analyse des vegetativen Nervensystems



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

Das vegetative oder auch autonome Nervensystem (VNS) ist die oberste Steuerzentrale im Körper. Es steuert und reguliert alle lebenswichtigen Organe und Organsysteme, die wir willentlich nicht beeinflussen können, wie z. B. das Herz, die Atmung, den Blutdruck, den Stoffwechsel, die Durchblutung, Sinnesorgane, Geschlechtsorgane, Immunsystem usw..

Die beiden Hauptnerven des VNS sind der Sympathikus (Spannungsnerv) und der Parasympathikus (Entspannungsnerv). Sie sind verantwortlich für das Gleichgewicht zwischen Körperspannung und Körperentspannung, um das Funktionieren der Organe und Organsysteme sicherzustellen.

Das vegetative Nervensystem (VNS) verrichtet unbemerkt für alle tagtäglich seine Arbeit, indem es alle Organe und Organsysteme so steuert und reguliert, wie es die jeweilige Situation erfordert. So müssen die Organe bei körperlicher Anstrengung anders funktionieren als sie es im Schlaf tun. Das Herz schlägt in einer Gefahrensituation schneller, die Muskeln sind aufs Höchste angespannt und Energie wird bereitgestellt. In so einer Situation macht es wenig Sinn, den Blutdruck zu senken oder die Verdauungstätigkeit anzuregen.

Früher war es der „Säbelzahn tiger“, bei dem das VNS den Körper in „Alarmbereitschaft“ versetzte, heute ist es der Stress und die ständigen Belastungen und Anforderungen, die dieselben Mechanismen auslösen. Wenn dieser Stress über

einen langen Zeitraum vorhanden ist, erhöht der Spannungsnerv seine Aktivität immer mehr. Der Entspannungsnerv kann die Energien, die für Regeneration, Heilungsprozesse, Energieaufbau und körperliche Erholung dringend erforderlich sind, nicht mehr im notwendigen Umfang bereitstellen. Die Körperregulation durch das VNS ist jetzt gestört.

Diese Regulationsstörung führt bei Nichterkennung zu negativen Konsequenzen für den gesamten Organismus. Alle klinischen und wissenschaftlichen Studien zeigen, dass es keine relevante Erkrankung gibt, die nicht mit einer massiven Veränderung der vegetativen Regulation einhergeht.

Mit der VNS Analyse gibt es eine weltweit anerkannte Methode, die schmerz- und nebenwirkungsfrei innerhalb von ca. 7 Minuten den Zustand des vegetativen Nervensystems sichtbar macht.

Private Kassen übernehmen die Kosten der VNS Analyse. Für gesetzlich Versicherte ist sie eine kostengünstige Investition in die eigene Gesundheit.

## Schwanger?

Ein kleines Wunder wächst in Ihnen heran. Dafür gratulieren wir Ihnen erst einmal ganz herzlich und wünschen Ihnen alles Gute in den nächsten spannenden Monaten.

Damit es Ihnen und Ihrem Baby richtig gut geht, sollten Sie generell versuchen, Stress zu minimieren, da der Körper bei permanentem Stress in den Zustand „Alarmbereitschaft“ versetzt wird. Gleichzeitig wird dadurch die Aktivität des Entspannungsnerven reduziert. Die Aktivität des Entspannungsnerven ist aber für Aufbau-, Regenerations- und Erholungsprozesse erforderlich und von großer Bedeutung für das Wohlbefinden der werdenden Mutter und für die gesunde Entwicklung des Babys.

Mit der VNS Analyse können wir schnell feststellen wie aktiv Ihr Entspannungsnerv ist. Sollte die VNS Analyse eine zu hohe Spannungsaktivität darstellen, können wir Ihnen einfache Möglichkeiten zeigen, wie Sie Ihren Entspannungsnerv selbst stärken können. So können Sie sich und Ihr Baby bewusst vor zu viel Stress schützen. Bei Bedarf können wir Ihnen weitere Therapiemöglichkeiten anbieten, die schonend für Sie und Ihr Baby sind.

**Mehr Information zur VNS Analyse unter:**

COMMIT GmbH · Poststraße 45 · 38704 Liebenburg ·  
Telefon: 05346 / 912 415 · Fax: 05346 / 912 416  
Mobil: 0171 / 884 99 71 oder 0160 / 28 88 182  
info@commitgmbh.de · www.commitgmbh.de · www.vagusvit.de

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

...so einfach wie Blutdruck messen...

**COMMIT**  
Diagnostik- und Therapieprodukte