



# BTA-biologisk miljöanalys – IBTAM

## Morgondagens analysmetod – utvärdering av din hälsostatus

Dina kroppsvätskor, blod, urin och saliv, innehåller värdefull information om din biologiska hälsostatus. Genom att noggrant jämföra analyserna av blod, urin och saliv, kan man få information om dina kroppsfunktioner. Denna information kan bli till stor nytta för din hälsa.

Redan på 1950-talet, etablerade den franske professorn Louis Claude Vincent, grundvalen för utvärdering av hälsostatus, genom att mäta och undersöka ”livets grundstenar” i kroppsvätskor. Genom mätning av pH, redox-kapacitet och resistens i kroppsvätskorna, får man värdefull information som är viktig för att följa upp ditt skraddarsydda behandlingsprogram.

Varje dag utsätts den mänskliga organismen för nya påfrestningar som kan leda till sjukdom. Exempel på detta är svårkontrollerad stress, missbruk och försummelse av kroppen, brist på naturliga näringsämnen i kosten, mer resistenta stammar av bakterier, föroreningar och kemikalier, fria radikaler och ökad elektromagnetisk strålning. Dessa negativa faktorer ger upphov till nedsatt funktion i olika kroppsorgan, vilket kan leda till olika besvär och även till svårare sjukdomar.

BTA-analysen är en vidareutveckling av professor Vincents forskning och slår nu en bro mellan skol- och komplementärmedicin, till nytta för dig. BTA är ett effektivt sätt att utvärdera hälsostatus, åldrande och påverkan av fria radikaler. Viktiga vägledande information som blir tillgänglig för dig och din terapeut/läkare är bland annat:

- Antioxidantstatus
- Cellens energiproduktion
- Cellens förmåga att försvara sig
- Cellens grundhälsa
- Syra-bas balansen
- Miljö som gynnar bakterier, svamp eller virus

Genom att på detta sätt objektivt mäta den inre miljön, som bland annat ger information om hur mineralerna absorberas från mat och tillskott, kan man se om energiproduktionen är i topptrim. Dessutom kan den avslöja, om antioxidantstatusen är tillräcklig för skydd mot sjukdom och åldrandeprocessen.

Med BTA-analysen får du och din läkare/terapeut vägledning till en bättre hälsa och ökat välbefinnande! Du får en utskrift med dina värden, jämförda med optimala värden och även en grafisk bild på dessa värden (se exempel på baksidan) samt en tolkning på engelska av statusen hos din inre miljö. Själva labtestet inkluderar en färgutskrift av resultaten. Terapeutens gör en tolkning av resultaten samt lämnar rekommendation för näringstillskott och livsstilsförändring för att återställa en friskare inre miljö.

På baksidan beskrivs förberedelser/instruktioner inför en provtagning.

# Hur du förbereder dig inför BTA-testets saliv- och urinprovtagning

**BTA - Biologisk miljöanalys** är ett sätt att mäta oxidativ stress och få en uppfattning om kroppens inre miljö. För att få så tillförlitliga värden som möjligt är det viktigt med de rätta förberedelserna.

## De sista 24 timmarna innan testet gäller följande:

Sätt ett kryss i varje ruta som bekräftelse på att du följt instruktionen.

Ta med detta papper till din läkare/terapeut vid provtagningstillfället och visa upp det.

- Inget intag av tobak, alkohol eller andra droger.
- Undvik under samma tidsperiod även de läkemedel som du själv kan sätta ut.  
Naturligtvis tar du de läkemedel som du måste ta varje dag. Rådgör med din läkare om du är osäker.
- Ät inga kosttillskott såsom vitaminer, mineraler, örter etc.

## De sista 14 timmarna innan testet gäller följande:

- Ingen mat eller dryck. Detta gäller även vatten. Ät dig mätt och drick dig otörstig innan denna tidsgräns för att lindra eventuella hunger- och törstbesvär.
- Ingen tandborstning eller sköljning av munnen med vatten eller annan vätska.
- Använd inte läppstift, cerat eller liknande på läpparna.

## På morgonen innan testet gäller följande:

- Kissa hemma i burken som du köpt på apoteket eller vänta med att kissa tills du kommer till praktiken. Det behövs endast 5 ml urin. Vaknar du för att kissa på natten ska den urinen inte användas, utan först den som kommer efter 14 timmars fasta. Se till att du har tillräckligt mycket urin så du kan kissa efter fastan. Kom ihåg att inte dricka något eller skölja munnen.

## Allmänna råd:

Ät som vanligt fram till 14-timmarsgränsen.

Du ska inte äta någon speciell mat. Om du redan går på någon diet följer du denna. När du anländer till praktiken kommer det att tas blod- och salivprover. Inom en halvtimme får du all information på en färgutskrift som din terapeut kommer att förklara för dig.

*Tack för din aktiva medverkan!*

Exempel på hur utskriften ser ut:

