

## **Diagnostik-Programme**

im Rahmen eines ganzheitlichen Gesundheitskonzepts

### **Insulin-Resistenz-Score** Quelle: Standl/Biermann vgl. IRIS-Studie

Einige einfach zu erhebende Basis-Daten des Klienten und einige einfach zu erbringende Untersuchungen (insgesamt sind bis zu 8 Punkte zu vergeben) ergeben deutliche Hinweise auf das Vorliegen einer Insulinresistenz und die Gefahr des Auftretens eines Diabetes mellitus und ermöglichen Ihnen eine frühzeitige Intervention im Rahmen der Primärprävention:

<b>Faktor</b>	<b>Punkte</b>
BMI > 26	1
BMI > 30	2
RR > 140/90	2
NBZ > 100	1
NBZ > 110	2
Triglyceride > 230	1
Gesamt-Cholesterin > 230	1

#### **Auswertung:**

##### **Ergebnis:**

0 - 3 Punkte

4 - 8 Punkte

insulinsensitiv bis leicht insulinresistent  
deutlich insulinresistent