Integratori alimentari	A: carotinoidi, betacarotene	B1: Tiamina	B2: Riboflavina	B3: Niacina	B6: Piridossina	B12: Cobolamina	FOL: Acido folico	BIO: Biotina	AP: Acido pantotenico	C: Acido ascorbinico (cb; con bioflav.)	D: Cholecalciferole	E: Tocoferole	VK: Chinone	Ca: Calcio	Mg: Magnesio	Na: Sodio	K: Potassio	Zn: Zinco	Fe: Ferro	Mn: Manganese	Mo: Molibdeno	Cr: Cromio	J: Iodio	Se: Selenio	Cu: Rame	F: Fluoro	Va : Vanadio	Si: Silicio	B: Boro	o-6: omega-6 (olio di enotera)	o-3: omega-3 (olio di pesce)	AL: Acido alfa-liponico	LE: Lecitina, colina	FA: Fenilalanina, tirosina	TF: Triptofane	BCCA: Leucina, isoleucina, valina	LIS: Lisina	ARG: Arginina, ornitina	MET: Metionina	CIS: Cisteina, glutatione	TAU: Taurina	TRE: Treonina, glicina	HIS: Istidina	GLU: Glutamina, acido glut., GABA	CAR: Carnitina	Q10: Coenzima Q10 (ubichinone)	DMG: Dimetilglicina	PABA: acido paraaminobenzoico	INO: Inositole	MEL: Melatonina	
composti		complesso vitaminico																																																				
Disturbi			complesso vit. B												complesso minerale																																						altre terapie
Valutazione:																																																						
Totale																																																						
Complessivi sintomi possibili		51	47	30	39	78	47	40	15	29	90	22	71	9	37	60	15	21	106	41	36	17	27	15	52	34	3	7	8	7	59	50	10	55	16	17	14	7	31	20	30	27	20	12	34	24	24	15	9	13	19		
Percentuale																																																						
Rango																																																						

© 7/2000 Peter Forster e Bianca Buser