	Impiego		A	B1	B2	B3 (an;na)	B6	B12	FOL	BIO	AP	C (cb)	D	E	VK	Ca	Mg	Na	K	Zn	Fe	Mn	Mo	Cr	J	Se	Cu	F	Va	Si	B	o-6	o-3	AL	LE	FA	TF	BCCA	LIS	ARG	MET	CIS	TAU	TRE	HIS	GLU	CAR	Q10	DMG	PABA	INO	MEL	altre terapie "allopatiche"
							Vitamine										Minerali								Oligoelementi										Lipidi							Aminoacidi										Diversi		
			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, tirosino	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	
4	**IGIENICI**		complesso vitaminico																																																			
5	**Cariche ambientali**			complesso vit. B												complesso minerale																																					
6	Protezione:		x											x																																							
7	solare																																																		x		x	
8	ionizzanti																									x																											x	
9	tossici																									x									**x**					x		x	x				x							
10	Disintossicanti:		x		x	x						x		x																																							
11	metalli pesanti						x					**z**		z		z	z	x		**z**	x	x				z							**x**	**x**					x	x						x							
12	alluminio						x					x		x		x	x			x						x																												
13	piombo						x					**x**		x		x				**x**																				x	x													
14	cadmio						x					**x**				x				**x**	x					x														x	x													
15	mercurio						x					**x**		x						**x**						**x**														x	x													
16	Jet-lag																																																				x	
18	**Fasi di vita**																																																					
19	Riproduttive							x												x		x																																
20	gestazione						x	x	x	x							x			x	x			x								x	x		**x**				x	x							x							
21	difetti di neonati								x											x				x																															
22	allattamento						x	x		x							x			x	x											x	x		**x**				x	x			x				x							FT
23	Sviluppo, adolescenza		x	x	x		x					x					x			x	x	x					x					x	x		**x**				x	x			x				x							
24	Prevenzione sportiva, sforzi fisici																x	x	x		x			x												x		x		x						x	x	x						
25	sforzi psichici																x																																					FT
26	*Menopausa*						x					cb	z	x		z	x			x		x		x						x		z			x																			FT
27	Invecchiamento precoce													x																																							x	FT
28	Senescenza						x	x				x	x							x				x																		x													FT
30	**Stile di vita**																																																					
31	Abusi e ristrizioni: alcool	**AO**	z	**z**	z	**na**	z	z	z	x	x	**z**		z	x		**z**		x	**z**		x				z						**x**	x		**x**							x	x			**z**	**z**				x	
32	fumo	**AO**					x	z	z			z		x		x										x																x												
33	tè, cafè			x			x														x																																	
34	sport intenso			x	x	x	x				x	x		x			x			x	x			x					x									x										l	x				
35	body building	**PB**					x													x																				x														
36	diete ristrettive									x	x						x		x	x	x											x	x		x			x									x	x					
37	Deficienze vegetarianismo							x					x			x	x			x	x																			x				x			x	x					
39	**Disagi e disturbi generali**																																																					
40	Stimolatori: appetito			x				x												x	x						x										x							x										FT
41	Energia			x				x																x												x																		
42	Forza			x				x																x												x																		
43	Umore						x																													x	x				x													
44	Traumi fisici	**PB**	x	x	x		x				x	x		x						x												x	x		x			x		x					x	x		x						TC
45	Malatt. cron.; reconvalesc.			x	x	x	x	x	x	x		x							x																		x		x		x	x		x	x		x						TC, FT, ET
46	Stanchezza			x							x								x	x	x		x																									x		x	x			
47	Distress cronico			x													x							x																						x			x					PT
48	Nervosismo			x			x														x																							x		x								PT
49	*Esaurimento*			z	z	z	z	**z**	z	z	z	z								z	z																																	PT, FT
50	Neoplasmi: protezione	**AO**	z					z	z			z	z	z		z										z									x					x		x				x					x	x	
51	prevenzione tumorale		x				x		x			x	x	x		x		x		x			x			x						x								x			x										
52	fibrosi cistica		z				x					x		z						x					z	x						z			x																			ET, TC
53	*prev.tum.mamma*	**AO**	z									z		z												z																												
54	prev. tumor. ormonedip.																						x																															
55	cura tumorale		x				x													x					x																	x													ET, PT, FT
56	difesa cellule neoplast.																									x							**x**							**x**				x									x	
58	**Effetti di medicamenti**																																																					FT, ET, AT
59	ipertensivi																																																				x	a
60	cardiovascolari																																																				x	l
61	ormonali, contracettivi			x	x		**x**	x	x			x					**z**			z																	x																t
62	corticosteroidi																										x																											e
63	antidolorifici													x																																								r
64	antibiotici				x				x	x					x																																							n
65	salicilati								x			x																																		x								a
66	psichici																					x																																t
67	sedativi				x																																																	i
68	benzoediazepine																																																				x	v
69	neurolettici																					x												x																				e
71	**SISTEMICI**																																																					
72	**Biochimica**																																																					
73	antiossidanti		**x**		x	x	x					**x**		**x**						**x**	**x**	x		x	**x**								x							x	**l**	x			x		**x**				x	
74	ossido nitrico																																								x													
76	**Funzionamento cellulare**					x		x	x	x							x	x		x				x							x	x		x							x	x									x	
77	- energetico			x	x	x	x			x	x	x					x	x		x	x	x	x	x						x			x				x		x				x		x	x	x					
78	- metab. proteica			x	x	x	x	x	x		x						x			x				x											x	x			x	x			x	x		x						
79	- metab. lipidico							x		x	x	x					x					x		x	x						x	x	x	**x**							x						x			x		FT
80	- neurotrasmettitori			x			x					x					x			x		x												**x**	x	x	x		x	x		x	x	x	x					x		FT
81	- ormoni					x	x					x					x			x		x			x					x					x				x	x				x									FT
83	**Disturbi tessutali**																																																					

			A	B1	B2	B3 (an;na)	B6	B12	FOL	BIO	AP	C (cb)	D	E	VK	Ca	Mg	Na	K	Zn	Fe	Mn	Mo	Cr	J	Se	Cu	F	Va	Si	B	o-6	o-3	AL	LE	FA	TF	BCCA	LIS	ARG	MEI	CIS	TAU	TRE	HIS	GLU	CAR	Q10	DMG	PABA	INO	MEL	altre terapie
84	riparazioni tessutali																			x		x																		x		x								x					FT, ET, TC
85	Disturbi tessutali																					x																												x				FT, ET, TC
86	tessuto connettivo											x									x	x					x			x										x		x								x	x			FT, ET, TC
87	crescita												x																											x														
89	**Disturbi endocrini**																																																					
90	Istamina tessut. e cerebr.											x										x																							x								FT
91	Ormoni surrenali											x																																									FT
92	*Ipotiroidosi*		A		x	x	x													x					x	x																												FT
93	Ormoni tiroidali			x								x													x	x																										x	FT
95	**Disturbi immunitari**																																																					
96	Disturbi immunitari			x					x				x				x			x					x	x												x										x					FT, AT, ET
97	deficienza anticorpi																				x					x																												
98	allergie						x	x				x				x				x												**x**	**x**		x							x								x				FT, ET
99	*rinite allergica*					z	x	x			x	z				z	z															**z**																						FT
100	autoimmunitari																			x												x	x		x																x			FT, AT, ET
101	Reazioni immunitarie																									x	x													x				x	x	x		x				x	
102	*intolleranza alimentare*		x			x	z	z				cb				x	x			x												x	z																				FT
103	infiammazioni								x		x			x						x	x						x					x	**x**		**x**		x	x		x		x			x								ET
104	ferite																			x												x	x		x			x		x													FT, AT, ET
105	ustioni			x															x	x												x	x		x			x		x													FT, AT, ET
106	Malattie infettive		z	x	x	x	z		x		x	z		z						z	x				x	z	x					x	x		x								x		x		x		x			x	
107	*candidiasi*		x	x	x	x	x		x		x	cb								x																																	FT, AT
108	*influenza*		x									z								z																																		FT, AT
109	virali																			x																		x														x	FT, AT
110	*herpes*											z		z						z																		z															FT, AT
111	HIV, AIDS		x	x	x	x	z		x		x	cb		z						z						z									**x**					z					z		x					TC, PT
113	**Disturbi metabolici**																																																					
114	lipidemie					x	x					x										x		x		x		x			x	x	x	**x**					x			x				x		x		x		FT
115	obesità	**FV**										x								x				z							x				x	x			x							x	x					RI, PT, D
116	tolleranza glucosio					x	x			x										x				x					x																	x	x		x				D
117	ipoglicemia									x		x					z		x	z		z		**z**					x				x												x			x				D
118	diabete			z		na	z	x		x		cb		z			z			z		x	x	z					x		**z**	x	x	x					x			x			x	x	x	x		x		D
119	ipouremia																						x										x																				D
120	gotta, iperuremia																																										x										D, PT
122	**Disturbi neurologici**																																																					
123	Disturbi generali		x													x																																					
124	discinesia tardiva																					x												**x**																		
125	tremor						x										x																			x				x												
126	spasmi, crampi muscolari			x		x					x			z		**z**	z	x	x		x																							x								FT, TC
127	epilessia					na	z							z			z			x		z				z																	z						x				FT
128	vertigini																	x	x																																		FT, TC
129	regolazione temperatura																				x																															x	
130	disturbi di sonno			x		na	x					x				x	x										x										x				x					x					x	z	FT, PT
131	disturbi di veglia																																			x															x	FT, PT
132	dolori cronici			x		na	x	x				x		x		z										x	x									dl	z								x							FT, TC
133	- emicranie, mal di testa					x	z						z	x		z	z				x					x							**z**				x													x		FT, TC
134	- nevralgie			x				x																																													FT, TC
135	- sindr. tunnel carpale			z	x		z							z			z														x																						FT, TC
136	neuropatie			x			x	x			x						x							x							x	x	**x**	x																x		FT, TC
137	bruciore, torpidità						x																																														FT, TC
139	**Disturbi neuropsichici**																																																					
140	iperattività			z			z									z	z			z												**z**	z		x									x		x						PT, FT
141	eccitazione, irascibilità							x	x								x				x														x									x		x				x			PT, FT, TC
142	disorientamento																		x																																		PT, FT
143	concentrazione/memoria			x		x	x	x	x		x	x		x			x	x		x	x					x					x				x																		PT, FT
144	difficoltà di apprendimento			x			x				x	x					x			x	x				x							x	**z**		x																		PT, FT
145	manie							x	x			x								x																	x							x		x							PT, FT
146	schizofrenia			z		na	z	x	z		x	x								z		z													x		x	x															PT, FT
147	depressione			z	z	z	z	z	z			**x**					x			x																z	z				x										x		PT, FT, TC
148	ansie, paure, tens, nerv.			x		na	x									x	z			x																	z				x				x		x							PT, FT, TC
149	sbalzi d'umore						x	x											x																										x									PT, FT
151	**ORGANICI**																																																					
152	**Sistema nervoso**																																																					
153	Parkinson					x	x	x	x			z		z												z	x					z	x		x	l					l	x		x								PT, TC
154	Sclerosi laterale							x																			x					x	x		x			x					x									PT, TC
155	Sclerosi multipla			x			x	z			x		z	z		x	x			x						z	x					z	**z**		x	d						x										FT, PT, TC
156	Demenz, Alzheimer																																																					PT, TC
158	**Sensi**																																																					
159	Occhio																			x						x						x	x		x								x										
160	*cura degli occhi*		x	x	x							x								x																																	FT
161	*congiuntivite*		z									z		x						z						x																											FT
162	cataratta	**AO**	z		z							z		z						z														x								x											FT
163	*glaucoma*			z								cb								z				z																													FT
164	Disturbi visivi		x																	x																																	FT
165	Disturbi ofattivi/gustativi																			x																																	
166	*Otite*		z									z		z						z																																	FT
167	*Tinnitus, perdita udito*		x									cb	x	x		x				x		x																															FT, TC
168	Malattie uditive												x																																								FT
170	**Dermiche**																																																					
171	Cura derm., capelli, unghie		x		x					x				x						x	x	x	x			x	x			x		**x**	**x**		x							x								x		FT, AT
172	*Pelle secca*	**OE**	z											z																		**z**																					FT

			A	B1	B2	B3 (an;na)	B6	B12	FOL	BIO	AP	C (cb)	D	E	VK	Ca	Mg	Na	K	Zn	Fe	Mn	Mo	Cr	J	Se	Cu	F	Va	Si	B	o-6	o-3	AL	LE	FA	TF	BCCA	LIS	ARG	MEI	CIS	TAU	TRE	HIS	GLU	CAR Q10	DMG	PABA	INO	MEL	altre terapie
173	*Cellulite*	**PB**										cb		z						z							**z**																										FT, AT
174	*Invecch. derm.*	**AO, OE, PB**	x																													**x**																					FT, AT
175	Unghie	**PB**										x				x				x	x																						l										FT, AT
176	Cura capelli	**PB**										x		x						x							x					**x**																					FT, AT
177	Perdita capelli	**PB**				x				x		x		x						x							x					**x**											l										FT, AT
178	Antigrigio capelli										x																					**x**																					FT, AT
179	Forfora		x											x						x												**x**																					FT, AT
180	Malattie dermiche		x									x								x										x																							FT, AT,
181	*acne*		z				x							z			x			z				x		z						z																					FT, AT,
182	*afte*		z					z	z											z																																	FT, AT,
183	*eczemi*	**OE**	x									x		z						z												z	z																				FT, AT,
184	psoriasis		z					x					z							z						z						x	**z**										x										FT, AT,
185	ulcera											x																																									FT, AT,
187	**Motorie**																																																				
188	Disturbi motori															x															x				**x**									x								TC, FT
189	debolezza muscolare																x		x							x																					x	x				TC, FT, D
190	distrofia muscolare																x																														x	x				TC, FT, D
191	Malattie ossee		x									x	x		x	x	x										x	x	x	x			**x**									x		x								TC, FT, D
192	osteoporosi											x	z		x	z	z			x		x					x	x	x	x	z																						TC, FT, D
193	Malattie motorie															x																																				
194	*traumi musc. & art.*	**PB**	x									x		x						x						x																										TC, FT, ET
195	reumatismi						x							x						x		x			x	x	x					**x**	x		**x**		x															TC, FT, ET
196	discopatie																					x			x		x			x																						TC, FT
197	*mal di schiena*	**PB**	x									x	x			x	x					x																														TC, FT, ET
198	tendosinoviti						x																		x		x																										TC, FT, ET
199	*artrite reumatoide*										z	z		z						z						z	z						x												z							TC, FT, ET
200	osteoartrite		x			na	x				x	x	z	z		x				x		x			x	x	x			x	x	**x**	**x**		**x**		x					l	l		x							TC, FT, ET
202	**Respiratorie**																																																			
203	Disturbi respiratori																																									x										FT, AT, TC
204	asma		x				z	z				z		x			z					x										x	**z**									x							x			FT, AT, TC
205	polmonari							x	x																																	x										FT, AT, TC
207	**Digestive**																																																			
208	Disturbi dell'appar. digest.:																															x	x		x																	FT, RI, D
209	paradontosi, gengivite								z			z	z			z																																x				FT
210	*afte*	**LA**	x																	x																																	FT
211	carie, tartaro											z	z			z							x					z																									FT
212	vomito																	x	x		x					x									**x**																		FT, PT
213	stomaco		x									x																														x					x					elicob., FT, D
214	*esofagite di riflusso*		z									c c		z						z																										z					elicob., FT, D
215	*ulcera stom. & duod.*		z											z						z																										z					elicob., FT, D
216	fegato			x		x	x	x			x	x	x	x	x			x	x	x												x	x		**x**	x		x			x	x	x	x			x	x	x		x	FT, D
217	cistifellea												x	x	x																	x	x		**x**									x							FT, D
218	*calcoli cistifellea*											z		z																														z							FT, D
219	pancreas							x						x	x					x						x						x	x		**x**									x							FT, D
220	disbiosi intestinali				x		x	x					x	x			x			x	x		x												**x**																	RI, FT, D
221	diarrea				x		x	x				x					x	x	x	x	x		x			x									**x**												x					RI, FT, D
222	colon irritabile	**FV**		z	z	x	x		z					x			z			z															**x**												x					RI, FT, D
223	costipazione, diverticoli	**FV**							z		z	z					x		x																												x			x		RI, FT, D, ET
224	Malattie dell'appar. digest.:																																z																			RI, FT, D
225	infiammatorie (Crohn, u	**PB**	x	x	x		x	z	z					z		x	z			z	z		x			x							x		**x**												z					RI, FT, D, ET
226	pancreatite																			x						x																											RI, FT, D, ET
227	intestino crasso															x							x			x																					x					RI, FT, D, ET
228	emorroidi											x																																									RI, FT, D
230	**Ematici / Cardiovascolari**																																																			
231	Disturbi ematici:															x					x		x				x																		x							
232	deficienze ematiche		x									x									x					x	x					x	**x**		x										x							
233	anemia		x	x	x		z	z	z		x	z		x						x	z						x																		x							TD, PT
234	emazie														x						x	x																															FT
235	*ematomi*	**PB**										cb				x											x																										TD, FT
236	Disturbi cardiaci		x																																								x			x	x				TM
237	ritmici																x		x								x					x	**x**		x								x				x				TM, TC, FT,
238	miopatia/insufficienza			x													x			x						x																		x				x				TM, TC, FT
239	Malattie vasali																																																			TD, TM, TC, FT
240	*disturbi memoria*			z	z	z	z	z	z		z			z						z	z					z									z																	TD, TM, TC, FT
241	arteriosclerosi, coronarie		x			z	z	z	z			z		z		z	z					x		x	x	z	x					x	**z**		**x**					x			x				z	z		x		TD, TM, TC, FT
242	*vene varicose*	**FV**										cb		z						x							z																										TD, TM, TC, FT
243	trombosi											x		x																																							TD, FT, AT
244	*circolaz. periferica*					z								z			z															z	z																			TD, TC, FT, PT
245	Disturbi cardiovascolari					an	x		x			x		x			x							x		x						x	x															x	x			TD, TM, TC, FT
246	debolezza circolatoria																	x	x																																	TD, TM, TC, FT
247	ipertonia, ictus						z		z					z		z	z		x							z	x					x	**z**		x		x			x			z			x		z			x	TD, TM, TC, FT
249	**Riproduttive**																																																			
250	Fertilità		x																	x		x	x			x	x					x	x		x					x										x	x	PT, FT, TC
251	*donne*						x	**z**	**z**					x						z	z																															PT, FT, TC
252	*uomini*											z								z				z		z						x								z												PT, FT, TC
253	*Displasia cervice*	**AO**	z		z		z	z	**z**		z	x														**x**																										FT, ET
254	*Infiammazioni vaginali*		x	x	x		x		x		x	x		x						x																																FT, ET
255	Mestruali		x																		x	x									x																					TC, FT
256	premestruali						z					cb		z		x	z			x		x		x								**z**	z		x	x																TC, FT
257	*crampi mestruali*					x								x			x															**x**																				TC, FT
258	perdite																				x																																TC, FT
259	Deficienze neonati								x					x	x						x		x	x																													
260	Allattamento			x					x											x				x																													TC, FT
261	Prostata													z						z												z	z			z								z		z							FT, ET
263	**Escretorie**																																																			

		A	B1	B2	B3 (an;na)	B6	B12	FOL	BIO	AP	C (cb)	D	E	VK	Ca	Mg	Na	K	Zn	Fe	Mn	Mo	Cr	J	Se	Cu	F	Va	Si	B	o-6	o-3	AL	LE	FA	TF	BCCA	LIS	ARG	MET	CIS	TAU	TRE	HIS	GLU	CAR	Q10	DMG	PABA	INO	MEL	altre terapie
264	Disturbi escretori																x	x																																		FT
265	infezioni					x																																		x												FT,ET
266	renali				x	x						x					x	x	x	x						x					x	x		x								x					x			x		FT, D
267	edemi																	x																																		FT, TC, D
268	calcoli renali					z										z						x																		x												D
		Vitamine													Minerali				Oligoelementi												Lipidi				Aminoacidi											Diversi						"allopatiche"

2

LEGENDA

Impiego

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, tirosino	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
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

an: acido nicotinico; na: nicotinamido

cb: vitamina C con bioflavonoidi (rutina)

ac: ascorbato di calcio

l: isomero "naturale" normalmente usato
se non indicato diversamente (d o dl)

AO preparato antiossidante
FV fibre vegetali
LA lactobacillus acidophilus
OE oli essenziali (lino, sesamo, granoturco, carto)
PB proteine bassomolecolari

aromaterapia AT
consultazione dietetica D
visita e cura elicobattereo elicob.
enzimterapia ET
fitoterapia FT
psicoterapia PT
risanamento intestinale RI
terapia corporea TC
terapia deviante TD
terapia movimentale TM

x Zimmermann, Schurgast, Burgerstein: Handbuch Nährstoffe, HAUG
z Zimmermann, M.: Mikronährstoffe in der Medizin, HAUG