

Gesundheitsberatung

Sie fühlen sich eigentlich gesund, möchten aber fitter werden oder Sie leiden an einer Krankheit und möchten durch gezieltes Vorgehen die Therapie verbessern und das Fortschreiten der Erkrankung bremsen.

Unsere **Gesundheitsberatung** ermöglicht individuelle Antworten auf diese Frage.

Basierend auf einer computergestützten Gesundheitsanalyse erfolgt die Ermittlung Ihrer individuellen **Gesundheitsrisiken**, die mitverursachenden Faktoren bereits vorhandener Erkrankungen und Ihr individueller Vitalstoffbedarf.

Die Analyse umfasst – je nach Fragestellung – folgende Faktoren:

- Familiengeschichte
- Ernährungsweise
- Genussmittelkonsum
- Berufliche und sportliche Aktivität
- Vorerkrankungen
- Operationen
- Dauermedikation
- Psycho-Mental-Score
- Beschwerden und Symptome
- Körpermaße
- Medizingeräte-Diagnostik
- Labordiagnostik
- Blutdruck, Ruhepuls
- Taille-Hüft-Verhältnis
- Ermittlung Ihrer Körperzusammensetzung – Körperfettgewicht, Muskel- und Organmasse, Körperwasseranteil- mittels Bioimpedanzanalyse

Auf der Grundlage der Gesundheitsanalyse erhalten Sie individuelle Vorsorge-, Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitness-Empfehlungen zum **Erhalt** und zur **Steigerung**

- **Ihrer Abwehrkräfte**
- **Ihrer körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**
- **Ihrer Gesundheit**