

Gesundheitsberatung

Sie sind gesund und wollen gesund bleiben, damit Sie lange aktiv am Leben teilhaben können?

Sie leiden an einer längerdauernden Erschöpfung und möchten Ihre Leistungsfähigkeit steigern?

Sie leiden an einer Krankheit und möchten durch gezieltes Vorgehen die Therapie verbessern und das Fortschreiten der Krankheiten bremsen?

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

Basierend auf einer Gesundheitsanalyse ermitteln wir Ihre individuellen Gesundheitsrisiken und Ihren 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
- Körperzusammensetzung - Körperfettgewicht, Muskel- und Organmasse, Blut- und Gewebeflüssigkeit und Körperwasser

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

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