



Gesundheitsberatung

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

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

Basierend auf einer ganzheitlichen **Gesundheitsanalyse** ermitteln wir Ihre individuellen Gesundheitsrisiken und Ihren Vitalstoffmehrbedarf.

Die Gesundheitsanalyse 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- und Fitness-Empfehlungen zum **Erhalt** und zur **Steigerung**

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