

Ernährungsmedizin

Das Nahrungsmittelangebot in den hochentwickelten Industrienationen ist ausgesprochen reichhaltig und vielfältig. Leider ist jedoch unsere allgemein übliche Ernährung zu einem nicht zu unterschätzenden Gesundheitsrisiko geworden: Wir essen vom Falschen zu viel und vom Richtigen zu wenig!

Sowohl die Über- als auch die Fehlernährung können im Laufe des Lebens zu folgenden Erkrankungen führen

- Hypertonus -Bluthochdruck
- Arteriosklerose - Arterienverkalkung
- Myokardinfarkt - Herzinfarkt
- Apoplex - Schlaganfall
- Diabetes mellitus - Alterszucker
- Fettstoffwechselstörungen
- Gicht, Lactoseintoleranz, Gluten-Intoleranz, Fructose-Intoleranz
- Störungen der Blutgerinnung, wie zum Beispiel Thrombosen
- Arthrose - Verschleißerkrankungen der Wirbelsäule und der Gelenke
- Obstipation - Darmverstopfung - Darmerkrankungen
- Krebserkrankungen. z.B. Dickdarm und Mastdarmkrebs, -Speiseröhrenkrebs,

Eine ausgewogene, vitalstoffreiche und vollwertige Ernährung ist somit verantwortlich für Ihre Gesundheit. Doch trotz besten Wissens ist die Umsetzung im Alltag schwer - Diäten, Abnehmkuren oder Sportprogramme versagen - und überflüssige Pfunde bleiben bestehen.

Ernährungsmediziner, Diätassistentin und Ernährungsberater arbeiten bei uns Hand in Hand als **Ernährungsteam**.

Unsere Praxis ist als "**Schwerpunktpraxis Ernährungsmedizin**" zertifiziert (IQED/BDEM).