



## Gesundheits-Check Plus

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

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

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

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

Zu Anfang erfolgt die Ermittlung Ihrer individuellen **Gesundheitsrisiken**, Ihrer mitverursachenden Faktoren vorhandener Erkrankungen und Ihres Vitalstoffbedarfs.

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**