



## Übergewicht (Adipositas)

Übergewicht ist kein Schicksal. Die Erkenntnisse der moderenen Medizin bieten viele Möglichkeiten, Übergewicht zu reduzieren und langfristig ein Wohlfühlgewicht zu halten.

### Die Reduktion von Übergewicht ermöglicht insbesondere:

- die Risikominimierung für Herzinfarkt und Schlaganfall
- die Senkung eines Bluthochdruckes
- die Vermeidung von Diabetes
- die Senkung eines hohen Cholesterinspiegels
- die Minderung von Gelenkbeschwerden
- eine Verbesserung der Fettverbrennung
- die Risikominimierung vieler Krebserkrankungen
- eine Verbesserung der Allgemeinbefindlichkeit

Unsere Erfahrung zeigt, dass durch die **evidenzbasierte Vorgehensweise** Diätschäden und frustrierende **Jojo-Effekte vermieden** und der **Stoffwechsel langfristig optimiert** wird.

Gerne beraten wir Sie, wie Sie **gesund abnehmen** beziehungsweise Ihr Körpergewicht im gesunden Bereich halten können.