

Mit der Lebensstilanalyse zu einer individuellen Gesundheitsoptimierung

Ein optimaler Lebensstil bremst Risiko-Gene aus, aber dafür müssen Sie Ihre lebensstilbedingten Gesundheitsrisiken kennen!

Ihre Gene sind nicht allein tonangebend für ein gesundes Leben und damit ein hohes gesundes Alter. Unser **Lebensstil** übernimmt nach neuesten Erkenntnissen dafür fast **ein Drittel der Verantwortung**.

Lebensstil-Analyse (auch Gesundheitscheck):

Wir erstellen für Sie mit Hilfe einer computergestützten **Gesundheitsrisiko-Analyse** Ihr persönliches **Risikoprofil**.

Dabei berücksichtigen wir unter anderem:

- Mögliche genetische Belastungen durch Eltern und Großeltern
- Ihre verhaltensbedingten Risikofaktoren wie Fehl-und Mangelernährung, Genussmittelkonsum, berufliche und sportliche Aktivität usw.
- Ergebnisse von Laboruntersuchungen
- Mögliche Umweltbelastungen

Die Lebensstilanalyse, bzw. Ihr Gesundheitsrisiko wird auf Grundlage der neuesten Erkenntnisse der internationalen Ernährungs-, Vitalstoff-, Sport-, Präventionsmedizin vorgenommen.

Sie erhalten so individuelle Präventions-, Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitnessempfehlungen. Des Weiteren erhalten Sie einen Vorsorgeplan. Dieser gibt Ihnen die Möglichkeit, durch regelmäßige individuelle Vorsorgemaßnahmen gesund zu bleiben.