



Hausarzt & Spezialist für ganzheitliche Medizin

Dr. med. Frank Eitner

Facharzt für Allgemeinmedizin

Abnehmberatung

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

Die Reduktion von Übergewicht ermöglicht insbesondere

- die Risikominimierung für Herzinfarkt und Schlaganfall
- eine Senkung eines Bluthochdrucks
- eine Vermeidung von Diabetes mellitus Typ2 (Zuckerkrankheit)
- eine Senkung eines hohen Cholesterinspiegels
- die Minderung von Gelenkbeschwerden
- eine Verbesserung der Fettverbrennung
- die Risikominimierung vieler Krebserkrankungen
- eine Verbesserung der Allgemeinbefindlichkeit

Das Abnehmkonzept beinhaltet drei aufeinander aufbauende Phasen:

- Einstieg und Gewichtsreduktion (bis zum Erreichen des individuellen Zielgewichts)
- Integrationsphase (Festigung des Reduktionserfolgs)
- Stabilisierungsphase (Vermeidung des Jojo-Effektes)

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

Auf der Grundlage der Gesundheitsanalyse, welche u.a. eine Ermittlung der Flüssigkeits- Organ- und Fettanteile des Körpers durch Impedanzanalyse nach der EUSANA Methode beinhaltet, erarbeiten wir computergestützte **individuelle Vorsorge-, Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitness-Empfehlungen** zur **erfolgreichen Gewichtsreduktion und langfristigen Gewichtsstabilisierung, die Sie in Form umfangreicher Computerausdrucke zur Verfügung gestellt bekommen.**

Ihr Nutzen

Mit Hilfe unseres Abnehmkonzeptes und einer individuellen Beratung und Betreuung lernen Sie, wie Sie **gesund abnehmen** beziehungsweise Ihr **Körpergewicht im gesunden Bereich halten** können.