

Übergewicht

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

Die Reduktion von Übergewicht ermöglicht insbesondere die

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

Unsere Erfahrung zeigt, dass durch eine 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.