

Anti-Aging-Beratung

Jung und Vital bis ins hohe Alter - das muss kein Traum sein!

Zahlreiche Untersuchungen bestätigen, dass bestimmte Lebensweisen Alterserscheinungen verzögern, die Lebensqualität im Alter verbessern und ein langes gesundes Leben fördern. In diesem Zusammenhang sind vier Faktoren besonders hervorzuheben: 1. Die Qualität Ihrer Ernährung, des Mikronährstoffhaushaltes und Ihres Stoffwechsels. 2. Die Funktion und Anzahl Ihrer Mitochondrien, der Energiekraftwerke der Zellen. 3. Die Funktionalität Ihres Hormonsystems. 4. Den Ausgleich des vegetativen Nervensystems zwischen Stress und Entspannung.

Die Anti-Aging-Beratung umfasst folgende Faktoren:

- eine ausführliche Anamnese der eigenen und familiären Vorgeschichte
- Ernährungsweise
- Genussmittelkonsum
- Berufliche und sportliche Aktivität
- Vorerkrankungen
- Operationen
- Messung der Stoffwechselaktivität mit der Ruhespirometrie-Methode
- Laborchemischer Messung von oxydativem und nitosativem Stress sowie der Mitochondrialen Aktivität
- Bestimmung des Vitamin- und Mineralhaushaltes
- Bestimmung der Diversität und Güte der Darmflora
- Hormonstatus und Stresshormonstatus
- Herzratenvariabilitätsmessung
- Sonographische Überprüfung der Bauchorgane, des Herzens und der Halsschlagader
- Taille-Hüft-Verhältnis
- Körperzusammensetzung – Körperfettgewicht, Muskel- und Organmasse, Blut- und Gewebeflüssigkeit und Körperwasser

Die Behandlung umfasst eine Darmsanierung, Optimierung des Vitamin-, Mineral- und Hormonhaushaltes. Behandlung der Mitochondrien mit Nahrungsergänzungsmitteln und dem Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Training mit dem Cellgym-Gerät.

Ihr Nutzen

Auf der Grundlage der Analyse erhalten Sie individuelle Anti-Aging- und Vorsorge-Empfehlungen inkl. Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitness-Empfehlungen zum **Erhalt** und zur **Steigerung**

- **Ihrer Abwehrkräfte**
- **Ihrer körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**
- **Ihrer Gesundheit**