



Akutes Problem Ernährung / Unverträglichkeit / Gewichtsmanagement – akute Lösung



Unverträglichkeiten

Sie haben das Gefühl bestimmte Nahrungsmittel nicht zu vertragen, obwohl der Allergietest unauffällig war?

Allergie oder Unverträglichkeit, das ist ein Unterschied!

Es ist inzwischen erwiesen, dass andere Ursachen außer einer klassischen Allergie für Symptome wie

- Bauchschmerzen, Übelkeit, Reizdarmsymptome, Magenschmerzen
- Hautreaktionen
- Kopfschmerzen

verantwortlich sein können.

Mögliche Ursachen könnten sein:

- Histaminintoleranz
- Mangel an Verdauungsenzymen
- Unverträglichkeiten (vom verzögerten Typ (IgG))

Gewichtsmanagement

Die Ursachen von Über- oder Untergewicht sind komplex, daher analysieren wir genau, was die Ursache ist:

- Mikrobiomverschiebung oder Unverträglichkeiten
- Erhöhtes Cortisol oder chronische Entzündungen z.B. durch belastende Lebenssituationen
- Verhaltensweisen, die sich auf Ernährung und Gewicht auswirken

Ernährung ist die einfachste und effektivste Art der Gesundheitsprophylaxe

Durch epigenetische Ernährung können wir:

- Das korrekte Ablesen der Gene fördern
- Die Entgiftung und den Stoffwechsel fördern
- Chronisch entzündliche Prozesse verhindern
- Schäden an der DNA verhindern

Das ist meine Vorgehensweise:

- Klinisches Anamnesegespräch
- Auf die Beschwerden angepasste Diagnostik z.B. Blutlabor, Atemtest oder Mikrobiomanalyse
- Angepasste Therapie wie Prä- oder Probiotika, spezifische Ernährungstherapie mit Übergang in eine individuelle, genussvolle Ernährung, Mikronährstofftherapie

Erweiterbar:

- Follow-up Termine
- Training in somatischer Intelligenz

Wenn Ernährung wieder Genuss
und Gesundheitsprophylaxe sein soll:

Tel. 0751 - 76 96 06 76, E-Mail: andrea@praxis-strasser.de

