

Die Sache mit dem Kind und dem Brunnen,

oder: Was ist der Unterschied zwischen Schulmedizin und Präventivmedizin?

Die Schulmedizin reagiert erst, wenn das Kind bereits in den Brunnen gefallen ist, also wenn eine Krankheit oder ein Gesundheitsproblem bereits eingetreten ist und behandelt werden muss.

Die Präventivmedizin hingegen reagiert schon, wenn das Kind in Richtung Brunnen rennt. Dann kann man bestimmte Maßnahmen ergreifen, um Krankheiten bzw. Gesundheitsproblemen frühzeitig entgegen zu wirken.

Durch diese unterschiedliche Sichtweise kann es zu Irritationen und Diskussionen mit reinen Schulmedizinern wie z.B. Hausärzten, Internisten oder Orthopäden kommen.

Jeder Mensch hat einen „persönlichen Brunnen“. Ziel ist es, diesen zu finden, um die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern und bis ins hohe Alter zu erhalten.

Der Weg zu einem gesunden Altern mit einem hohen Maß an Lebensqualität steht auf 3 Säulen

BEWEGUNG

ERNÄHRUNG

HORMONE

Hier ist wichtig, Ihre individuellen Bedürfnisse, Vorlieben und Ziele zu erkennen, um einen maßgeschneiderten Ansatz für ein gesundes Altern mit Ihnen zu entwickeln. Jeder hat seinen eigenen Weg für Lebensqualität auch im Alter.

Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit [und Geld] für die Krankheit opfern."

- Sebastian Kneipp

Mein Vater hatte mit 46 Jahren Darmkrebs. Ist mein Risiko erhöht?

Meine Großmutter ist 99 und topfit. Wie geht das ?

Meine Mutter hatte mit 51 Jahren einen Herzinfarkt. Ich will das nicht !

In meiner Familie gibt es viel Krebs. Was kann ich tun ?

Meine Großmutter hat Osteoporose. Wie kann ich das verhindern ?

Meine Schwester hat Alters-Diabetes. Muss ich das auch bekommen ?

Mein Großvater ist pflegebedürftig. Davor habe ich Angst

Kennen Sie Ihr persönliches Gesundheitsrisiko, das Ihren Weg zum gesunden Altern erschweren kann?

Mein Ziel ist es, Sie umfassend zu unterstützen, indem ich Ihre Gesundheit erhalte, Krankheiten vorbeuge oder verzögere, Ihr Wohlbefinden stärken um Ihnen zu helfen gesund zu altern.

Wenden Sie sich an mein Team und mich, wir helfen Ihnen.