

Vier Experten, viele Tipps

Ernährung und Medizin: Unsere Experten haben sich Gedanken gemacht. Passend zu ihrem jeweiligen Spezialgebiet tragen sie gebündelt und in kurzer Form ihre Fachkenntnisse zusammen – auf den Punkt, verständlich, übersichtlich. So gibt es auf dieser Seite alltagsnahe Vorschläge zum Thema Ernährung und Coaching sowie zu speziellen Schlankheitsübungen genauso wie zu Fragen der Zahnästhetik und Implantation.



„Viele Menschen haben den Wunsch, ihre Ernährung umzustellen – viele wissen, was sie falsch machen, suchen aber noch den richtigen Weg, erfolgreich zu starten. Hier helfen die Angebote meiner Praxis und meines Coaching-Teams in allen Lebenslagen – egal ob bei Sport, veganer Ernährung, Reizdarm, Fettleber, Gewichtsproblemen – den richtigen Weg zu finden. In unserer Ernährungsberatung gibt es keine Standardlösungen, sondern individuelle persönliche Unterstützung und Motivation.“

Kontakt

Dipl.-Ernährungswissenschaftlerin Monika Maurer, Praxis für Ernährungsberatung & Therapie. Telefon: 06201/59 96 71.



„Wer sich nach festen Zähnen sehnt, kann dank „SKY fast & fixed“ schon bald wieder beherzt zubeißen. Und das sofort. Die komplette Behandlung findet an einem Tag statt. Die Entfernung der kaputten Zähne, die sofortige Implantation und die anschließende Versorgung mit einer festen Zahnreihe erfolgt binnen kürzester Zeit an nur einem Tag – wahlweise in örtlicher Betäubung oder in Vollnarkose. Auf jeden Fall ist die Methode sicher, schnell, schmerzfrei und bezahlbar. Das mögen unsere Patienten.“

Kontakt

Dr. Jos Gal, zertifizierter Implantologe, 5-Sterne-Praxis Dr. Gal & Kollegen, Schönbornstraße 32, 76698 Ubstadt-Weiher, Tel.: 07253/ 63 24. www.drgal.de



„Was ist das Geheimnis von Ästhetik auf höchstem Niveau? Warum kommen meine Patienten sogar aus den USA und Asien extra zu mir angereist? Ich arbeite mit Laboren, die Zähne machen, die nicht aussehen wie Kronen, sondern wie Zähne. Mein Techniker für keramische Arbeiten sitzt in Hamburg und ist Experte für die Non-prep-Veneer-Technik, bei der innerhalb weniger Tage unattraktive Verfärbungen, aber auch schiefe, abgebrochene Zähne durch papierdünne Hightech-Keramikverblendungen kaschiert werden.“

Kontakt

Dr. med. dent. Zibandeh Balke, Zahnärztin, Spezialistin für Prothetik, Spezialistin für CMD, Tel.: 06232/657 72 07.



Schlank sein und schlank bleiben ist das wichtigste Ziel einer gesunden Ernährung. Wer die Nase voll hat von Selbstbestrafung und Jojo-Effekt kann es mit speziellen Schlankheitsübungen und traditioneller chinesischer Ernährung versuchen. Es ist wissenschaftlich untersucht worden: Man kann sich dabei satt essen und muss keine Kalorien zählen, die Lebensqualität steigt (!), während die Pfunde purzeln. So schafft man den Ausstieg aus Emotional Eating und Stressfressen (Info und Downloads unter www.dgtcm.de).

Kontakt

Prof. Dr. med. Johannes Greten, HSCM-Büro, Karlsruher Straße 12, 69126 Heidelberg, Telefon: 06221/37 45 46, www.dgtcm.de