

*Dr. med. Gerd-Ulrich Heinz*  
*FA für Innere Medizin*  
*- Hausärztliche Versorgung -*



## **Übergewicht macht krank**

Von krankhaftem Übergewicht spricht man, sobald eine Adipositas (Fettleibigkeit), d.h. ein Body-Mass-Index (auch BMI genannt) größer als 30 vorliegt.

Das Risiko für Herz - Kreislaufkrankheiten, Stoffwechselkrankheiten (z.B. Diabetes mellitus) und gewissen Krebsarten (z.B. Dickdarmkrebs) mit ihren grundsätzlich lebensbedrohlichen Folgen steigt bei Menschen mit Adipositas massiv an.

Eine eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit, Kurzatmigkeit, starkes Schwitzen, schnelle Ermüdbarkeit etc. belasten die Lebensfreude und Lebensqualität.

Auf Grund der sehr komplizierten Zusammenhänge zwischen Ernährung, Körperzusammensetzung, Hormonhaushalt und Stoffwechselfvorgängen sind wir bestrebt, eine individuelle Risikoanalyse und konkrete Lösungsvorschläge anzubieten.

Dabei werden kontinuierlich neueste wissenschaftliche Erkenntnisse für die Beurteilung berücksichtigt und modernste sogenannte "**RISIKO - SCORES**" (in unserer Praxis das Carrisma-Programm), die individuelle Erkrankungen, Lebensgewohnheiten und die Körperzusammensetzung berücksichtigen, angewandt.

Im Rahmen unserer Abnehmerberatung unterstützen wir Sie bei der Umstellung Ihrer bisherigen Lebensführung, um eine gesunde Verhaltens- und Ernährungsweise erlernen und umsetzen zu können. Eine Risikominderung von Erkrankungen sowie die Verbesserung Ihrer Lebensqualität gehen dabei Hand-in-Hand.

Nur durch Ihr konsequentes Mitwirken können Sie spürbare und nachhaltige Erfolge verzeichnen. Mit unserer professionellen Unterstützung und Ihrem Willen können Sie Ihr Ziel erreichen!