



Dr. Steffi Dorit Jacobs
Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
Praxis für Präventionsmedizin



Übergewicht

Übergewicht ist kein Schicksal. Die Erkenntnisse der modernen Medizin bieten viele Möglichkeiten ein Übergewicht zu reduzieren und ein Wohlfühlgewicht langfristig zu halten.

Die Reduktion von Übergewicht ermöglicht insbesondere die

- Risikominimierung für Herzinfarkt, Schlaganfall und Durchblutungsstörung
- Senkung eines Bluthochdrucks
- Vermeidung von Diabetes mellitus
- Senkung eines hohen Cholesterinspiegels
- Minderung von Gelenkbeschwerden
- Verbesserung der Fettverbrennung
- Risikominimierung vieler Krebserkrankungen
- Verbesserung der Allgemeinbefindlichkeit

Unsere Erfahrung zeigt, dass durch die **evidenzbasierte Vorgehensweise** Diätschäden und frustrierende **Jojo-Effekte vermieden** und der **Stoffwechsel langfristig optimiert** wird.

Gerne beraten wir Sie, wie Sie **gesund abnehmen** beziehungsweise Ihr Körpergewicht im gesunden Bereich halten können.