



Dr. med. Detlef Hammerschmidt

Facharzt für Allgemeinmedizin

Pro-Aging-Beratung

Jung und Vital bis ins hohe Alter - das muss kein Traum sein!

Zahlreiche Untersuchungen bestätigen, dass bestimmte Lebensweisen Alterserscheinungen verzögern, die Lebensqualität im Alter verbessern und ein langes gesundes Leben fördern.

Die **Anti-Aging-Beratung** beinhaltet eine computergestützte Ermittlung Ihrer individuellen Agingfaktoren zur Ermittlung individueller Anti-Aging-Maßnahmen.

Die Analyse umfasst - je nach Wunsch - folgende Faktoren:

- Familiengeschichte
- Ernährungsweise
- Genussmittelkonsum
- Berufliche und sportliche Aktivität
- Vorerkrankungen
- Operationen
- Andropause-/Menopause-Check
- Psycho-Mental-Score
- Beschwerden und Symptome
- Körpermaße
- Medizingeräte-Diagnostik
- Labordiagnostik
- Blutdruck, Ruhepuls
- Taille-Hüft-Verhältnis
- Körperzusammensetzung - Körperfettgewicht, Muskel- und Organmasse, Blut- und Gewebeflüssigkeit und Körperwasser

Ihr Nutzen

Auf der Grundlage der Analyse erhalten Sie individuelle Anti-Aging- und Vorsorge-Empfehlungen inkl. Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitness-Empfehlungen zum **Erhalt** und zur **Steigerung**

- **Ihrer Abwehrkräfte**
- **Ihrer körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**
- **Ihrer Gesundheit**