



Vorsorgemedizin legt Schwerpunkte auf möglichst frühes Erkennen individueller Gesundheitsrisiken und deren umfassende und nachhaltige Beeinflussung durch:

- Lebensstilanpassung (hinsichtlich Ernährung, Bewegung, Stressmanagement)
- psychohygienische Maßnahmen und Entspannungsverfahren wie Yoga, Meditation, Autogenes Training...
- gegebenenfalls mit Nahrungsergänzungsmitteln und/oder Medikamenten.

---

Infoblätter

{docs}vorsorgeuntersuchung, antiaging, reiseapotheke, zufriedenheitsbilanz, mesotherapie{/docs}

---

Weiterführende Links

{loadposition linklist}