

Birgitt Gerndt

Praxis für biologische Zahnheilkunde

Goerdelerstr. 19 - 42651 Solingen
Telefon: 0212 - 201390 - Telefax: 0212 - 273300 - Email: info@zahnmedizin-gerndt.de

BHP - Bone Healing Protokoll in Anlehnung an Dr. Nischwitz

Unserer Einnahmeempfehlung für die bevorstehende Operation!

Bitte besorgen sie sich bei der Firma Sunday:www.sunday.de

- D3+K2 1.000 iE 30 ml 2x
- Vitamin C 1.000 hochdosiert Kapseln 2x
- Omega 3 DHA 400 Kapseln 2x

Bei der Firma Swiss Biohealth:www.swiss-biohealth-vital.com

- Multisupreme Kapseln 2x
- Bone & Teeth Supreme Kapseln 2x
- Enzymes Supreme plus Bromelain Kapseln 2x

Das BHP sollte, wenn nicht anders verordnet, 4 Wochen vor der geplanten Operation beginnen und 4 Wochen nach der Operation enden. Es ist erforderlich in dieser Zeit mindestens 3 Liter Wasser /Tee am Tag zu sich zu nehmen.

Am OP Tag keine Nahrungsergänzungsmittel einnehmen.

Hierfür bestellen sie die Präparate, wie oben angegeben.

Dieses Einnahmeschema wurde entwickelt, um den Körper mit den richtigen Nährstoffen zur optimale Regeneration von Knochen- und Weichgewebe zu unterstützen.

Es empfiehlt sich, die Nährstoffe im Anschluss an das BHP in geringerer Konzentration weiterhin einzunehmen, um den Körper grundsätzlich gesund und leistungsfähig zu halten.

Ernährung:

-Vermeiden sie Tabak,Koffein,Alkohol,Speisenzucker,Süßstoffe,Geschmacksverstärker und Transfette.

-Bitte ernähren sie sich gluten- und kuhmilchfrei.

-Nehmen sie sich ausreichend Flüssigkeit zu sich,2-3 Liter Wasser/ungesüßter Tee.

-Betonen sie gesunde Fett- und Proteinquellen und essen sie so viel Gemüse wie sie möchten.

	<u>Frühstück</u>	<u>Abendessen</u>	<u>vor dem Bett</u>
D3 + K2	20 Tropfen		
Multisupreme	4 Kapseln		
Bone&Teeth			4 Kapseln
Vitamin C	3 Kapseln		
Omega 3	1 Kapseln		2 Kapseln
Bromelain		2 Kapseln	

Hinweis zur Kostenerstattung:Nahrungsergänzungsmittel gehören nicht zu den Leistungen der Krankenkassen,Privaten Krankenversicherungen oder Beihilfestellen.Eine Kostenerstattung hierfür ist deshalb ausgeschlossen.

Sie erhalten am OP Tag von uns ein Rezept für Lymphdrainage (6 x 30 min).Hierfür können sie schon vorab Termine vereinbaren (ab 10. Tag nach OP).