

Birgitt Gerndt

Praxis für biologische Zahnheilkunde

Heinestr.9 - 40789 Monheim am Rhein
Telefon: 02173-31777 - Telefax: - 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 + EPA Kapseln 2x
- All in One Premium Kapseln 4x
- L- Prolin Kapseln 1x
- Bromelain 210mg Kapseln 1x

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 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		
All-in-One	4 Kapseln	4 Kapseln	
Vitamin C	3 Kapseln		
Omega 3	1 Kapseln		2 Kapseln
Bromelain		1 Kapsel	
Prolin	1 Kapsel	1 Kapsel	

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

Lassen sie sich am OP Tag abholen,organisieren sie das frühzeitig.Gerne teilen wir ihnen mit, wie lange sie bei uns sind.

Sie erhalten am OP Tag von uns ein Rezept für die Lymphdrainage (6 x 30 min).Hierfür können sie schon vorab Termine vereinbaren (ab 3. Tag nach OP).