

Name:

Vitamin-D-Spiegel:
(25-OH-D)

Gewicht:



Fragebogen zur Vitamin-D-Beratung

Beschwerden/Erkrankungen:

Medikamente (dauerhaft, kurzzeitig, Antibiotika):

Spezielle Ernährungsform/Nahrungsergänzung:

Ich wünsche mir Verbesserungen

- bei Erschöpfung, Antrieb, Energie, Stimmung
- Schlafqualität, innerliche Ruhe
- stärkeres Immunsystem, Besserung bei Sonnenallergie, Allergien/Unverträglichkeiten
- Zahngesundheit
- meiner gesundheitlichen Herausforderungen

Für die Bestimmung deines Vitamin-D-Spiegels gibt es wichtige Tipps:

„6 Tipps zur Bestimmung des Vitamin-D-Spiegels“

Eine Beratung

- ist sinnvoll, wenn du bei deinem Wunsch-Zielwert und der Dosierung unsicher bist und unterstützt werden möchtest
- unterstützt dich bei der Wahl und der Dosierung der Co-Faktoren und evtl. weiterer individuell empfehlenswerter Mikronährstoffe
- hilft dir bei der Produktwahl (kein Verkauf von Vitamin D)

Werde dein eigener Vitamin-D-Coach

Empfehlungen:

Eine Fülle an Infos inkl. Rechner und Simulator: www.vitamindservice.de

Vitamin-D-Bücher von Dr. Raimund von Helden:

Gesund in 7 Tagen (ab 18. Auflage), Gesund mit der Kraft der Natur