



BESTE Ernährungsberatung

Mit Genuss zum Wunschkind

Essen & Trinken haben bei Kinderwunsch eine große Bedeutung. Dies wurde in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) bereits seit langem erkannt. Ernährung, die auf Sie persönlich abgestimmt ist, wirkt sich positiv auf die Gesundheit, Wohlbefinden und Vitalität aus. Damit können Sie Ihre persönliche **Kinderwunschbehandlung erweitern, Nebenwirkungen reduzieren** und die **Fruchtbarkeit erhöhen**.

Damit eine Schwangerschaft leichter eintreten kann, beginnen Sie im Idealfall vor Ihrer Behandlung die Ernährung anzupassen - je früher, desto besser!

WIE wirkt sich optimale Ernährung bei Kinderwunsch aus?

- verbessert die Eizell-Qualität
- verbessert die Spermienqualität
- fördert die Einnistung des Embryos
- vermindert Ejakulationsstörungen
- reguliert Über- und Untergewicht
- reduziert bakterielle Infektionen
- stärkt das Immunsystem
- erhöht die Manneskraft
- hebt Stimmungsschwankungen auf
- stärkt das Immunsystem

WANN sollten Sie Ihre Ernährung umstellen?

- Zyklusstörungen
- geringe Spermien - Anzahl
- Prämenstruelles Syndrom (PMS)
- vermindert Ejakulationsstörungen
- Polycystisches Ovar Syndrom (PCO)
- abnorme Spermien - Form
- Gewichtsprobleme, Schilddrüsenfehlfunktion
- eingeschränkte Spermienbeweglichkeit
- Endometriose

Johanna Wolf

Biomedizinische Analytikerin / Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM
Kinderwunschzentrum Goldenes Kreuz, Lazarettgasse 16, A - 1090 Wien
T +43 - 699 - 12 74 11 44 / F +43 - 1 - 40 111 - 5401
johanna.wolf@kinderwunschzentrum.at
www.kinderwunschzentrum.at



KINDERWUNSCHZENTRUM
GOLDENES KREUZ

Was passiert bei der Ernährungsberatung nach TCM?

Bei der persönlichen Ernährungsberatung nach TCM wird in einem Gespräch Ihr derzeitiger Gesundheitszustand erfasst.

Mittels Puls- und Zungendiagnostik wird Ihr energetisches Befinden bestimmt und darauf aufbauend Ihr persönlicher Therapieplan erstellt. Dieser ist abhängig von Ihrer körperlichen Verfassung, Ihrem Alter, Ihrem Beruf, sowie der aktuellen Jahreszeit.

Einzel- und Paar-Beratungen dauern 1 bis 1,5 Stunden und kosten € 80.-.

Sie bekommen:

- einen klaren Ernährungsplan zur Verfolgung Ihrer Zielsetzung
- Genuss-Rezepte zur einfachen Umsetzung im Alltag
- auf Wunsch eine schriftliche Zusammenfassung unseres Termins
- aktive Betreuung und Hilfestellung per Telefon & E-Mail

Meine weiteren Angebote:

- interaktive Kocherlebnisse (auch bei Ihnen zu Hause möglich!)
- Programme zur Gewichtsreduktion
- Vorträge zu spezifischen Themen
- Begleitung in der Kinderwunschbehandlung

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme und darauf, Sie persönlich kennen zu lernen! Vereinbaren Sie Ihren Wunschtermin!

Johanna Wolf

Biomedizinische Analytikerin / Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM
Kinderwunschzentrum Goldenes Kreuz, Lazarettgasse 16, A - 1090 Wien

T +43 - 699 - 12 74 11 44 / F +43 - 1 - 40 111 - 5401

johanna.wolf@kinderwunschzentrum.at

www.kinderwunschzentrum.at