

Praxis Dr. med. Hellmut Münch

Besondere Untersuchungs- und Behandlungsmethoden:
Anti Aging/Immunologie



Hauptstraße 64
83246 Unterwössen
www.dr-h-muench.de

Immunaufbau Leistungssportler

Als Beispiel:

Persönlicher Therapieplan für DTM Fahrer Markus Winkelhock

Allgemeiner Lebensstil:

Täglich 2.5 - 3 Liter Trinken, davon 2-3 Tassen grüner Tee

Täglich 5 Stck. Obst, Gemüse oder Salat

Täglich 8 Std. Schlaf

5 x in der Woche Fisch oder Geflügel (Schweine/Rindfleisch bitte vermeiden)

Ausdauer/Krafttraining nach extra Jahresplan

Spezielle Substitution:

Immunaufbau:

Täglich 1 Tagesdosis Innovazym PLUS (2x7 Kps.)

Täglich 1 Beutel Polyzink

Täglich 20 g essentielle Aminosäuren

Mikrobiologische Therapie: (6 Monate / Jahr)

2 x 20 Tropfen Symbioflor 1, sowie 2 x 3 Tropfen in jedes Nasenloch

1 Btl. Symbiovital