



## Info eat! – Ernährungsplan-Typen

Die diätetischen Vorschläge innerhalb der verfassten Heilkunde können entweder zur Linderung oder Heilung bestimmter Krankheiten, aber auch zu einer dauerhaften Lebenseinstellung herangezogen werden.

- IV. Bei der modernen **westlichen Ernährungslehre** werden vom **eat!-Team** in die **eat!-Ernährungspläne** die in der Ernährungswissenschaft abstrakten „Zufuhrempfehlungen“ für einzelne Nährstoffe in geeignete, für die alltägliche Praxis und auf das jeweilige Krankheitsbild oder Beschwerde sowie Störung oder für sonstige Ernährungstherapien (Zu-/Abnahme, Leistungssteigerung, Erhöhung der Vitalität etc.) umgesetzt.

Dabei werden die Erkenntnisse und Wirkungsweisen über die in den Nahrungsmitteln enthaltenen essentiellen Nährstoffe (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren) und Sekundärstoffe sowie die in der Mikronährstoff- bzw. Orthomolekularmedizin präferierten Nährstoffe und Substanzen mit den alternativen Heilmitteln der Mineralstoff- und Mykotherapie gekoppelt und für die „Ernährung als Therapie“ berücksichtigt, eingesetzt und angewendet.

Der von **eat! Ruffer & Partner** entsprechend dem Krankheitsbild bzw. den Störungen oder Beschwerden eines Patienten oder zur Steigerung der Leistung oder der Vitalität oder für das Zu- und Abnehmen erstellte **eat!-Ernährungsplan** beinhaltet u. a. :

- Lebensmittel, die individuell als Arzneimittel wirken
- Verbotene Lebensmittel, die zu meiden sind
- Psychologische Ursachen für die Entstehung der einzelnen Heißhungerattacken
- Formulare zur Therapie begleitenden Protokollführung
- Punktdruckmassage-Vorschläge für den Patienten
- Ernährungsvorschläge mit den wirksamsten Kombinationen und Mengenangaben
- Kochrezepte mit den empfohlenen Nahrungsmitteln gegen die vorliegenden Beschwerden
- Ernährungsmedizinische Informationen zu den diagnostizierten Krankheiten, Symptomen und Zusammenhängen

usw.

Die Basis für die Erstellung eines Ernährungsplanes bildet der **eat!-Anamnesebogen**. In Krankheitsfällen oder schweren Beschwerden oder Störungen des Organismus ist ein adäquates Blutbild erforderlich.

**eat! Ruffer & Partner** bietet zu den vorher genannten Ernährungskonzepten und Therapievorschlügen für die Praxisarbeit des Therapeuten entsprechend der Anamnese/Indikation funktionale Medikationen und Anwendungen unterschiedlicher Ausrichtung und Ernährungsform-/Philosophie an.

### eat! Ruffer & Partner

Zum Mühlenberg 49, D-58239 Schwerte

eMail: [info@ernaehrung-als-therapie.de](mailto:info@ernaehrung-als-therapie.de)

Copyright © Rechteinhaber eat! Ruffer & Partner

Telef.: +49(0)2304-46 059

Fax: +49(0)2304-40 860

Fax: +49(0)231-16 720 43

