

# Internistische Praxis

## Dr. med. Silke Strauch

### Gewichtsmanagement unter ärztlicher Aufsicht

Wenn Sie erfolgreich abnehmen möchten, Sie vielleicht schon verschiedene Diäten hinter sich haben und es nun noch einmal angehen wollen, kann es sinnvoll sein, zunächst Ihre persönlichen Bedürfnisse in Bezug auf Ihr Essverhalten herauszufinden, um dann gemeinsam mit Ihnen Ihre ganz individuelle Strategie der Gewichtsreduktion zu entwickeln.

Ernährungsumstellung und mehr Bewegung bleiben die Eckpfeiler jeder Gewichtsabnahme.

Oft ist es hilfreich, wenn man zunächst ein realisierbares Wunschgewicht und einen angemessenen Zeitraum bis zur Erreichung dieses Ziels definiert.

Die während des Abnehmens regelmäßig in der Praxis durchgeführten Kontrollen der Laborwerte, des Blutdrucks und des Gewichtes sowie Gespräche über Ernährung und Bewegungsverhalten motivieren zum Durchhalten und gewähren, dass Sie Ihr Zielgewicht medizinisch sinnvoll erreichen.

**Bitte sprechen Sie uns an!**  
**Wir helfen Ihnen gerne weiter.**

Internistische Praxis  
Dr. med. Silke Strauch  
Rossertstraße 8  
60323 Frankfurt am Main  
Telefon +49 69 55 66 66  
Telefax +49 69 59 21 21  
[info@internistische-praxis-strauch.de](mailto:info@internistische-praxis-strauch.de)  
[www.internistische-praxis-strauch.de](http://www.internistische-praxis-strauch.de)