



LiTriCor ist ein individuelles Ernährungsprogramm:

- zur Senkung der Blutfettwerte, des Blutdrucks und des Herzinfarkttrisikos
- zum Abbau von Übergewicht
- zur Bewegungsaktivierung im Alltag
- zur Reduzierung medikamentöser Nebenwirkungen
- zur Wiederherstellung der Lebensqualität

Das bietet LiTriCor:

- detaillierte Erläuterung der Blutwerte und KHK-Risikobeurteilung
- kennenlernen einer Lebensmittelauswahl zum gesunden Genießen bei Fettstoffwechselstörungen
- Information zu Produkten, die im Handel zur Cholesterinsenkung angeboten werden
- konkrete Hilfestellung bei der Ernährungs- und Bewegungsumstellung
- Beratung zur Verringerung des KHK-Risikos, Steigerung des Wohlbefindens und der Lebensqualität

Erleben Sie eine Ernährungsumstellung, die Ihnen viel Genuss am Essen bereitet, denn

Leben mit LiTriCor ist lecker!

DR. AMBROSIUS – Studio für Ernährungsberatung

Gründung

Das Studio für Ernährungsberatung DR. AMBROSIUS wurde 1988 von der Ernährungswissenschaftlerin Dr. Petra Ambrosius in Wiesbaden gegründet.

Erfolge

Seitdem haben mehr als 80.000 Patienten ihre Ernährung erfolgreich umgestellt.

Kooperation

Als einer der größten Anbieter für qualifizierte Ernährungsberatung blicken wir auf mehr als 15 Jahre erfolgreiche Zusammenarbeit mit verschiedenen unabhängigen Instituten und niedergelassenen Ärzten zurück.

Philosophie

Die Grundidee von DR. AMBROSIUS „Iss das Richtige“ (IDR) beendet das lästige Kalorienzählen: Auf die Nährwertzusammenstellung kommt es an! Wir beraten produktunabhängig.

Bundesweit

Das Studio für Ernährungsberatung DR. AMBROSIUS finden Sie in jeder größeren Stadt. Vor Ort werden Sie von qualifizierten Ernährungsexperten individuell beraten.

Lernen Sie uns kennen

Vereinbaren Sie ein kostenloses Vorgespräch, um sich über LiTriCor zu informieren.



Der Herzschutztrainer von DR. AMBROSIUS



LiTriCor

Ihr persönlicher Herzschutztrainer

LiTriCor Klassik

Geeignet bei **erhöhtem Cholesterin** und/oder **erhöhtem Triglyzeridspiegel**

LiTriCor Basisleistungen plus:

- Persönliche Beratungsgespräche
- Aufeinander abgestimmte Beratungsinhalte zur Ernährungs- und Bewegungsumstellung
- Kostenlose Nachsorgetermine

LiTriCor Plus H

Geeignet bei **erhöhtem Cholesterin** und/oder **erhöhtem Triglyzeridspiegel + erhöhten Harnsäurewerten**

LiTriCor Basisleistungen plus:

- Persönliche Beratungsgespräche
- Aufeinander abgestimmte Beratungsinhalte zur Ernährungs- und Bewegungsumstellung
- Kostenlose Nachsorgetermine

LiTriCor Intensiv

Geeignet bei **erhöhtem Cholesterin** und/oder **erhöhtem Triglyzeridspiegel** mit intensiverem Betreuungsbedarf

LiTriCor Basisleistungen plus:

- Persönliche Beratungsgespräche
- Aufeinander abgestimmte Beratungsinhalte zur Ernährungs- und Bewegungsumstellung
- Zusätzlich weitere Protokollauswertungen und Betreuungen
- Kostenlose Nachsorgetermine

Basisleistungen

- Ausführliche Anamnese anhand von Blutwerten und Risikofaktorenanalyse
- Auswertung des auf die Diagnose angepassten Ernährungsprotokolls
- Diagnose der Problemfelder im Bereich Ess- und Ernährungsverhalten
- Berechnung des individuellen Kalorienverbrauchs und PAL-Wertes
- Berechnung der notwendigen Nährwertzusammensetzung und Anpassung an einen persönlichen Ernährungsplan
- Individuelle Beratung

LiTriCor Gruppenprogramm

Geeignet bei **erhöhtem Cholesterin** und/oder **erhöhtem Triglyzeridspiegel**

LiTriCor Basisleistungen plus:

- Gruppenkurs (6-10 Teilnehmer)
- Aufeinander abgestimmte Beratungsinhalte zur Ernährungs- und Bewegungsumstellung

Wie funktioniert LiTriCor?

LiTriCor – Ihr Herzschutztrainingsprogramm – wird individuell auf Sie und Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Konkret setzt es sich aus den Basisleistungen und jeweils einer der insgesamt vier LiTriCor-Leistungspakete zusammen. In Zusammenarbeit mit Ihrer Ernährungsberaterin wählen Sie Ihr LiTriCor-Paket aus, die Basisleistungen sind jeweils mit enthalten.