



ERNÄHRUNGSBERATUNG

In der Frauenarztpraxis Dr. Bodo Grahlke



Nina Strässle

Ernährungsberaterin BSc SVDE

Mir ist wichtig, dass Sie als individueller Mensch im Fokus stehen. Ich möchte mit Ihnen gemeinsam Lösungen finden, damit Sie Ihr Ziel langfristig erfolgreich umsetzen können.

Ich begleite Sie auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil.

Durch meine Leidenschaft fürs Kochen, kann ich Sie mit Tipps und Ideen aus dem Alltag unterstützen.

Nachdem ich mein Bachelorstudium in Ernährung und Diätetik abgeschlossen habe, arbeitete ich für die Privatklinikgruppe Hirslanden. Davor absolvierte ich eine Hotelfachschule und konnte Erfahrungen in der Küchenpraxis sammeln.

Folgende Themen können wir beispielsweise gemeinsam besprechen:

- Gewichtsreduktion
- Diabetes mellitus
- erhöhte Blutfettwerte
- Bluthochdruck
- Reizdarm
- Nahrungsmittelallergien
- Nährstoffmängel
- Unverträglichkeiten
- Verstopfung
- Gicht
- Nierenerkrankungen
- Ernährung in der Schwangerschaft
- Schwangerschaftsdiabetes

Gerne berate ich Sie in Deutsch oder Englisch.

Ärztlich verordnete Leistungen können über die Grundversicherung abgerechnet werden:

www.oviva.ch