

Dr. med. Fritz Sailer

*Naturheilverfahren *1 Akupunktur *1 Männerarzt *2*

Nymphenburger Str. 87 * 80636 München * Tel.: 089-129 60 22 * eMail: praxis@dr-sailer.de * www.dr-sailer.de

*1 von der Landesärztekammer Bayern anerkannte Zusatzbezeichnung*2 Tätigkeitsschwerpunkt – nach Prüfung vom CMH-Institut verliehene Bezeichnung

Vorname: _____ Nachname: _____

Geburtsdatum: _____ Termin am: _____

Allgemeine Gesundheitsfragen

Welches Problem besteht oder soll vermieden werden?

Beispiele

- „Ich will gesund bleiben und alt werden“ / Risikoreduktion
- Früherkennung von chronischen Krankheiten und Vorbeugung
- Chronische Müdigkeit, Brain Fog
- Schlafprobleme, Stress, Gereiztheit
- Sportliche Performance, Regeneration
- bekannte Defizite ausgleichen?
(z. B. Vitamin D-Mangel, niedriges Omega-3, Selenmangel)
- _____
- _____

Lebensumstände

Ernährung

- meist frischgekocht
- eher Mensa/Kantine, Lieferdienst, Snackautomat?
- Viel Fisch / Meeresfrüchte oder quasi nie?
- wenig Ballaststoffe?
- viel Fleisch- und Wurstwaren
- hochveredelte Lebensmittel
- Vegan / vegetarisch / Keto / Carnivore?

Umgebung & Lifestyle

- Büro/Homeoffice, wenig Sonne?
- Schichtarbeit?
- Wohnen Sie in der Stadt mit Luftverschmutzung?
- Bewegen Sie sich nur 2–3×/Woche im Gym
- oder sind Sie den ganzen Tag körperlich aktiv?
- keine körperliche Aktivität

- Ihr Beruf: _____

Medikamente

Aktuelle Dauermedikamente

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Nahrungsergänzungsmittel – Supplements

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!