

## Ernährung

- Vermeiden Sie Tabak, Koffein, Alkohol, Speisezucker, Süßstoffe, Geschmacksverstärker und Transfette; gluten- und kuhmilchfreie Ernährung
- Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich (2-3L stilles Wasser/ungesüßter Tee)
- Betonen Sie gesunde Fett- und Proteinquellen und essen Sie so viel Gemüse wie Sie möchten

(idealerweise halten sie sich an die Empfehlungen aus dem Booklet **Ernährungsdesign n. Dr. Dominik Nischwitz**)

## Schema zum Verzehr von Nahrungsergänzungen

(soweit zahnärztlich im Behandlungsfall nicht anders empfohlen)

Nahrungsergänzungen	Nüchtern	Frühstück	Abendessen	vor dem Bett
D3 Supreme		15 Tropfen		
Multi Supreme		3 Kapseln		
Bone&Teeth Supreme			3 Kapseln	
Omega 3 Supreme		4 Kapseln		4 Kapseln
Ester-C Supreme		3 Kapseln		
Mag Supreme			3 Kapseln	
Zink Supreme			3 Kapseln	
<b>Ernährung/Protein/Enzyme</b>				
Enzymes Supreme	1 Kapsel	1 Kapsel		1 Kapsel
Collagen Supreme				10g (ca. 2TL)
BioPro Supreme		min. 1 Portion/Tag		
Amino Supreme	3 Löffel*			

\*1Portion morgens nüchtern in 200ml (Limetten-)Wasser

Das Bone Healing Protokoll sollte, wenn nicht anders empfohlen, 4 Wochen vor der geplanten Operation beginnen und frühestens 4 Wochen nach der Operation enden.  
 Es wurde entwickelt, um den Körper mit den richtigen Nährstoffen zur optimalen Regeneration von Knochen- und Weichgeweben zu unterstützen.

## Wir wünschen Ihnen eine gute Heilung!

Die im Bone Healing Supreme Protokoll empfohlenen besonderen Nahrungsergänzungsmittel sind ausschließlich im Direktvertrieb beim Hersteller erhältlich. Produktbeschreibungen, Preise und Bestellmöglichkeiten sind zu erfahren unter [www.supznutrition.com](http://www.supznutrition.com) oder per E-Mail an [info@supznutrition.com](mailto:info@supznutrition.com)

### Hinweis zur Kostenerstattung:

Nahrungsergänzungsmittel gehören nicht zu den Leistungen der Krankenkassen, Privaten Krankenversicherungen oder Beihilfestellen. Eine Kostenerstattung ist deshalb ausgeschlossen.