



BHP® SURPREME BONEHEALING-PROTOKOLL

nach Dr. Nischwitz mit Ergänzungen von Dr. Jan Tühscher, M.Sc.

Ernährung

- Vermeiden Sie Tabak, Koffein, Alkohol, Speisezucker, Süßstoffe, Geschmacksverstärker und Transfette. Ganz wichtig: Gluten- und kuhmilchfreie Ernährung, damit systemische Entzündungen im Körper minimiert werden (Ausnahme: Rohmilchbutter).
- Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich (2–3 l stilles Wasser / ungesüßter Tee).
- Essen Sie gesunde Fett- und Proteinquellen und essen Sie so viel Gemüse wie Sie möchten.

Gute Besserung wünscht Ihnen Ihr BIOSMILE®-Team.

Unsere Empfehlung:
Vitamin D3 + K2 MK7
5000 IE + 200 µg von
Sunday Natural.



Schema zum Verzehr von Nahrungsergänzungen nach dem BHP (Standard)

Nahrungsergänzungen (Bitte während der Mahlzeiten einnehmen.)	Frühstück	Mittag	Abendessen	vor dem Schlafen
D3 + MK7 von Sunday Natural: 5000 IE + 200 µg	3 Tropfen			
Multi Supreme	3 Kapseln			
Bone&Teeth Supreme				3 Kapseln
Omega 3 Supreme	2 Kapseln			3 Kapseln
Ester-C Supreme		3 Kapseln		
Mag Supreme				3 Kapseln
Zink Supreme				3 Kapseln
Nach der OP zusätzlich:				
Bromelain plus	2 Kapseln	2 Kapseln	2 Kapseln	

Das Bonehealing-Protokoll sollte, wenn nicht anders verordnet, **4 Wochen vor der geplanten Operation beginnen** und **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. Es empfiehlt sich, die Nährstoffe im Anschluss an das Bonehealing-Protokoll in geringerer Konzentration weiterhin einzunehmen, um den Körper grundsätzlich gesund und leistungsfähig zu halten (etwa 1/3 der hier angegebenen Dosierung).

Die im Bonehealing-Protokoll empfohlenen besonderen Nahrungsergänzungsmittel sind frei von Füllstoffen, Allergenen und Farbstoffen und nur in unserem Prophylaxeshop oder im Direktvertrieb bei den Herstellern Sunday Natural und Supz Nutrition erhältlich.

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