

## BHP® SURPREME BONEHEALING-PROTOKOLL

nach Dr. Nischwitz mit Ergänzungen von Dres. Tühscher

### 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.

(idealerweise halten Sie sich an die Empfehlungen aus dem Booklet „Ernährungsdesign n. Dr. Dominik Nischwitz“)

Gute Besserung wünscht Ihnen das Team von BIOSMILE®.

[www.biosmile.de](http://www.biosmile.de)

Unsere Empfehlung:  
Sonnenelixier Vitamin D3+K2  
20.000 I.E. + 200 µg  
(entspricht 4 Tropfen)



## Schema zum Verzehr von Nahrungsergänzungen

Nahrungsergänzungen (Bitte während der Mahlzeiten einnehmen.)	Frühstück	Mittag	Abendessen	vor dem Schlafen
Sonnenelixier Vitamin D3+K2	5–10 Tropfen			
Multi Supreme	3 Kapseln			
Bone&Teeth Supreme				3 Kapseln
Omega Öl				
Vitamin C Komplex	1x tgl. 0,15 ml pro kg	3 Kapseln		
Mag Supreme				3 Kapseln
Zink Supreme				3 Kapseln
<b>Nach der OP zusätzlich:</b>				
Bromelain plus	1 Kapsel	1 Kapsel	1 Kapsel	

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 (mindestens 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 Naturtreu, Zinzino, Hauer Naturprodukte und Supz Nutrition erhältlich.

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