

Te zwaar? Er is wat te doen aan het gevaar!

U bent niet de enige.

Ongeveer 1,5 miljoen Nederlanders lijden aan ernstig overgewicht (ook wel obesitas genaamd).¹ Zij lopen risico's op hart- en vaatziekten, gewrichtsproblemen, suikerziekte en zelfs bepaalde vormen van kanker. Overgewicht is een serieus gezondheidsprobleem.

Gewichtsverlies vermindert risico's.

Het gaat bij de behandeling van overgewicht op de eerste plaats dan ook om het verbeteren van de gezondheid door middel van blijvend gewichtsverlies. Een verlies van 5 tot 15% leidt al tot een aanmerkelijke risicoverlaging.

De planmatige totaalaanpak van overgewicht.

Blijvend gewichtsverlies is alleen mogelijk door middel van een totaalaanpak die bestaat uit goede motivatie, lichaamsbeweging, een (mild) dieet en eventueel medische begeleiding.² Uw arts of diëtist(e) kan u ondersteunen bij een persoonlijk begeleidingsprogramma. Enige ideeën hierover hebben we samengevat in een folder.

Wilt u meer informatie vraag dan een folder aan!

Deze informatie is afkomstig van Roche Nederland B.V, Antwoordnummer 5027, 3600 XM Mijdrecht, e-mailadres: info@overgewicht.nl

Gewicht in bedwang. Van levensbelang.