

## **OMEGA-3 & IHRE ZAHNGESUNDHEIT – TESTEN SIE IHREN STATUS!**

### **Warum sind Omega-3-Fettsäuren so wichtig?**

Omega-3-Fettsäuren sind essenzielle Nährstoffe, die nicht nur Ihr Herz-Kreislauf-System unterstützen, sondern auch eine entscheidende Rolle für die Mundgesundheit spielen. Sie wirken entzündungshemmend, fördern die Regeneration des Zahnfleisches und können das Risiko für Parodontitis senken.

### **Doch: Haben Sie genug Omega-3 in Ihrem Körper?**

In Deutschland haben etwa 90 % der Menschen einen zu niedrigen Omega-3-Spiegel.

Studien zeigen, dass der **Omega-3-Index**, also der Anteil von Omega-3-Fettsäuren in den roten Blutkörperchen, bei den meisten Deutschen **unter 8 %** liegt – der Schwelle für eine optimale gesundheitliche Wirkung. Die meisten Menschen in Deutschland haben sogar Werte **unter 5 %**, was als **Mangel** gilt.

### **Jetzt einfach testen – mit unserem Omega-3-Index-Test!**

## **OMEGA-3 & PARODONTITIS – DIE VERBINDUNG**

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass ein niedriger **Omega-3-Spiegel** mit einem **höheren Risiko für Zahnfleischentzündungen und Parodontitis** verbunden ist.

**Reduzierte Entzündungen** im Zahnhalteapparat

**Schnellere Heilung nach zahnärztlichen Eingriffen**

**Unterstützung für eine gesunde Mundflora**

## **DER OMEGA-3-TEST – SCHNELL & EINFACH**

- ✓ **Unkomplizierte Blutprobe** (Finger-Piks) in unserer Praxis
- ✓ **Individuelle Auswertung Ihres Omega-3-Index**
- ✓ **Gezielte Ernährungsempfehlungen für Ihre Mundgesundheit**

💡 Schon ein kleiner Mangel kann langfristige Folgen haben! Lassen Sie Ihren Omega-3-Status testen und erhalten Sie konkrete Empfehlungen, um Ihre Zahngesundheit aktiv zu schützen.

**Jetzt Termin vereinbaren: 040/200 76 31**

**Ihr Team der Praxis für Zahnheilkunde Doreen Ries**

**Ihre Gesundheit beginnt im Mund – wir helfen Ihnen, sie zu erhalten!**