



## **Stell dir vor, deine Körperzellen lächeln dich an und sagen "Danke".**

Eine Ernährungstherapie abgestimmt auf Deine Bedürfnisse hilft Dir, Beschwerden zu lindern, die Leistungsfähigkeit zu steigern, Medikamente zu reduzieren, die Lebensqualität zu erhalten oder endlich wieder Freude und Genuss am Essen zu haben.

Dabei ist es mir besonders wichtig, die Ernährungstherapie individuell an DEINE Bedürfnisse und DEINEN Alltag anzupassen. In der Beratung legen wir einen gemeinsamen Weg fest, der dich ans Ziel führt. Dabei stehe ich dir mit viel Empathie, evidenzbasiertem Wissen sowie praktischen Inputs zur Seite.

### **Meine Leistungen im Überblick:**

Ernährungsmedizinische Beratung und Therapie bei

- **Stoffwechselerkrankungen** (Diabetes, Bluthochdruck, erhöhte Blutfette, erhöhte Harnsäure oder Gicht, Lebererkrankungen...)
- **Beschwerden und Erkrankungen des Verdauungstraktes** (z.B. Verstopfung, Durchfall, Blähbauch, Reizdarmsymptomatik, Reflux, Divertikulose/Divertikulitis, Gastritis, chronisch entzündliche Darmerkrankungen, Zustand vor/nach Operationen...)
- Erkrankungen der **Bauchspeicheldrüse**
- Übergewicht und Adipositas
- **Mangelernährung**, Untergewicht/Gewichtsverlust, Möglichkeiten der Energie- und Eiweißanreicherung (mit/ohne Zusatznahrung)
- **onkologischen Erkrankungen (Krebserkrankungen)**: Präventivmaßnahmen oder unterstützende Maßnahmen zur Linderung von Beschwerden bei unerwünschten Therapiebegleiterscheinungen z.B. Geschmacksveränderungen, veränderte Verdauung, Müdigkeit & Erschöpfung...)
- **Ernährung in besonderen Lebenssituationen** (z.B. Schwangerschaft, Stillzeit, Essen am Familientisch, Ernährung im Hobby-Sportbereich, Ernährung im Alter, Ernährung bei Mangelzuständen wie z.B. Eisenmangel ...)
- **Nahrungsmittelunverträglichkeiten** (Laktose, Fruktose, Sorbit, Histamin, Zöliakie, Nahrungsmittel-Allergien...)
- **Osteopenie/Osteoporose**
- **entzündliche, degenerative oder rheumatische Erkrankungen** (z.B. Arthritis, Arthrose, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson...)
- **Schluckstörungen** (nur bei aufrechter logopädischer Betreuung)
- **Essen und Emotionen**
- **Lebensstiländerung** oder Optimierung der Ernährung im Alltag

### **Weitere Angebote (auf Anfrage):**

- Ernährungsworkshops, Kochworkshops, Vorträge und Seminare zu definierten Themen und für verschiedene Zielgruppen
- Planung und Durchführung von themenspezifischen Ernährungsprojekten in Kindergärten, Schulen, Betrieben, Gemeinden, geriatrischen Einrichtungen, etc.
- Messung der Körperzusammensetzung mittels Bio-Impedanz Analyse (BIA) inkl. Auswertung der Ergebnisse

## Wie komme ich zu einem Beratungstermin?

Als Diätologin biete ich ein unverbindliches, kostenfreies Erstgespräch (à 15min) – telefonisch oder online - an. Dabei besprechen wir, ob deine Ziele und Erwartungen mit meiner Arbeitsweise harmonieren. Außerdem können wir gemeinsam die Rahmenbedingungen festlegen, um die Beratungszeit optimal zu gestalten.

## Welche Unterlagen brauche ich für den ersten Beratungstermin?

Bitte bringe (bei bestehender Erkrankung) eine Überweisung von deinem Arzt oder deiner Ärztin sowie relevante Befunde (z. B. Blutwerte) und eine Liste deiner aktuellen Medikamente (sowie ggf. Nahrungs-ergänzungsmittel) mit. Gerne kannst Du zudem ein ausgefülltes Ernährungs- und/oder Symptom-tagebuch zum Erstgespräch mitbringen (optional). Ich lege großen Wert auf eine persönliche Beratung. Auf Wunsch können Termine aber auch Online durchgeführt werden. Zudem sind nach Vereinbarung Hausbesuche möglich.

## Terminvereinbarung (telefonisch oder per Mail):

+43 650 85 67 920

andrea.hoehlmueLLer@gmx.at

## Kosten:

Erstberatung/Beratungseinheit à 50 Minuten 110€

Folgeberatung/Beratungseinheit à 30 Minuten 70 €

## Wie kommen die Preise zustande?

Die Preise richten sich nach den Honorarrichtlinien des Berufsverbandes der Diätolog\*innen Österreichs (siehe: [Honorarrichtlinien - Diätologie Austria – Verband der Diätolog\\*innen Österreichs](#)).

## Kann ich die Kosten rückerstattet bekommen?

Die gesetzliche Krankenversicherung in Österreich sieht keine Kostenerstattung für diätologische Leistungen vor.

## Private Zusatzversicherung:

Bei Abschluss einer privaten Krankenzusatzversicherung kann die Honorarnote (je nach Leistungsumfang) geltend gemacht werden. Dazu kann die Honorarnote und ärztliche Zuweisung an die Versicherung übermittelt werden.

## Gesundheitshunderter:

Die Sozialversicherung der Selbständigen (SVS) bietet für Versicherte pro Kalenderjahr einen Zuschuss von € 100,00 für gesundheitsfördernde Maßnahmen an. Weitere Informationen dazu sind auf der SVS-Website (siehe [Gesundheitshunderter](#)) ersichtlich.



Andrea Höhlmüller, BSc

Diätologie | Ernährungsberatung  
Ernährungstherapie

+43 650 85 67 920

andrea.hoehlmueLLer@gmx.at