



Kerstin Hopfer, BSc

Diätologin

anfrage@kh-diaetologie.at

0664/422 90 99

Schwerpunkte

Ernährungsmedizinische Therapie, Beratung und Schulung zu diversen ernährungsbedingten Erkrankungen, aber auch zur Prävention von Erkrankungen bzw. zur Gesundheitsförderung für verschiedene Alters- und Personengruppen.

- Sie haben Probleme mit Ihrer Verdauung?
- Sie wollen Ihr Körpergewicht in Richtung Wunschgewicht führen?
- Obst, Milchprodukte oder Histamin führen bei Ihnen zu einem Unwohlsein?
- Sie wollen sich sportlich und ernährungstechnisch auf neue Herausforderungen vorbereiten, Ihr persönliches Wohlbefinden steigern oder in Höchstform bringen?
- Oder haben Sie ernährungsbedingte Probleme oder Allergien und möchten endlich beschwerdefrei leben?

... dann sind Sie bei mir genau richtig!

Bei all diesen Fragestellungen wird gemeinsam mit Ihnen ein **individuelles Vorgehen** erarbeitet, um Ihr **Wohlbefinden** nachhaltig zu **fördern**. Sie erhalten keine Schema-F Behandlung, sondern es wird individuell auf Ihr Bedürfnis eingegangen. Bei gewissen Problemen bzw. Fragen reichen oft schon einige kleine Tipps, Vorschläge oder Verhaltensänderungen, um Ihre Situation merklich zu verbessern.

Als ausgebildete Diätologin bin ich im Bereich der professionellen Ernährungstherapie und Diätetik spezialisiert und darf sowohl **Gesunde als auch Kranke** ernährungstherapeutisch betreuen. Die Ernährungswissenschaft und Ernährungsmedizin wird von uns DiätologInnen in die Praxis umgesetzt und individuell auf die Klienten abgestimmt. Sowohl Kinder, Jugendliche, Erwachsene als auch SportlerInnen können und dürfen von mir ernährungsmedizinisch beraten, therapiert und begleitet werden.

Für die ernährungstherapeutische Beratung bringen Sie bitte immer eine **Zuweisung** Ihres behandelnden **Arztes/Ärztin** und aktuelle **Laborbefunde** mit.

Ernährung ist meine Kompetenz!

Ausbildungen

- FH Joanneum, Bad Gleichenberg, 3 jährige Ausbildung zur Diätologin, Schwerpunkt Sporternährung
- Laufende Fortbildungen zu div. Ernährungstherapeutischen Themen lt. MTD-Gesetz:
 - Jahrestagung der österreichischen Adipositas Gesellschaft
 - Ernährungskongress des Verbandes der Diätologen Österreichs
 - Allergenschulung
 - Ernährungstherapie bei psychischen Erkrankungen
 - Kräuterheilkunde – Einsatzmöglichkeiten in der Diätologie
 - Refresher parenterale Ernährung
 - ÖGSE Symposium Sporternährung
 - Ernährungstherapie bei Zöliakie
 - Allergien im Erwachsenenalter
 - Ernährung des Intensivpatienten
 - ...
- 5 jährigen Ausbildung an der Höheren Lehranstalt für wirtschaftliche Berufe in Weiz

Berufliche Erfahrungen

- Diätologin im LKH Graz II, Standort Hörgas-Enzenbach
- Freiberufliche Diätologin für das Magistrat Graz – Gesundheitsamt
- Vertretende Diätologin im LKH Weiz
- Diätologin am Universitätsklinikum Graz
- Betreuung der Arztpraxis Dr. Andiel in Fladnitz a. d. Teichalm
- Freiberufliche Diätologin seit Februar 2016 im Institut Weitblick
- Diverse Berufspraktika im Zuge der Ausbildung u.a.
 - Reha-Klinik St. Radegund
 - LKH Hartberg
 - LKH Leoben
 - Universitätsklinikum Graz
 - LKH Feldbach
 - LKH Fürstenfeld
 - Charité Berlin
 - Barmherzige Brüder Kainbach b. Graz
 - Steiermärkische Gebietskrankenkasse
 - LKH Graz Süd-West (Standort LSF Graz)
- Diverse Projekte zum Thema Adipositastherapie, Betriebliche Gesundheitsförderung, Kochworkshop mit MS-Betroffenen, Mitarbeit an einer Studie des Health Perception Lab
- 6 Jahre Assistentin der Geschäftsführung bei der Fa. Roth Handel & Bauhandwerkerservice GmbH