

Perfekt passend zum Stoffwechsel-Typ

Nur abgestimmte Diät lässt Pfunde purzeln

Regensburg - Stoffwechsel- und Gewichtsprobleme haben viele, individuell unterschiedliche Ursachen und Auswirkungen. Daher gibt es nicht die allgemein gültige gesunde Ernährung für jeden. „Vor einer guten Empfehlung sollte eine gute Diagnose stehen“, betont Dr. Frank Möckel vom Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) im Gewerbepark D50.

Denn die unterschiedlichen Stoffwechsel-Typen („Jäger und Sammler“ und „Ackerbauer“) haben eine jeweils völlig andere optimale Ernährung. Viele Diäten scheitern, weil sie überhaupt nicht zu dem Menschen passen. Dr. Möckel: „Jede muss ganz individuell auf die Person zugeschnitten sein.“

Um ein optimales Ergebnis zu erreichen, erfolgt mit dem weiterentwickelten, patentierten und modular aufgebauten dreistufigen Diagnosesystem eine individuelle Auswertung zum Stoffwechselltyp, zu den Risiken für Zivilisationskrankheiten, zur Versorgung mit Vitaminen und Mineralien, zum Risiko für Übersäue-

rung und Entzündung etc. Auf Grundlage dieser Daten wird eine optimale Ernährung vorgeschlagen: 1.000 Lebensmittel werden individuell bewertet.

Bei der Basisversion werden über 100 stoffwechsel-typische Fragen zum Lebens- und Ernährungsstil, zur Gewichtshistorie, zu Beschwerden und Körpermessdaten untersucht. In der Version „med“ wird die Genauigkeit durch die zusätzliche Integration von 40 Blutwerten erhöht. Die Version „gen“ analysiert darüber hinaus nochmals 28 Gene, die maßgebend für den Stoffwechsel sind.

Zu diesem Weg, auf ganz natürliche Weise schlank zu werden, findet am Donnerstag, 21. Oktober, um 19 Uhr im Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) ein kostenloser Info-Abend statt. Anmeldungen: Tel. 0941/46418-0.

BLIZZ verlost 3 Stoffwechselanalysen in der Basisversion im Wert von je 69 Euro unter den ersten zehn Anrufern. Bis 24.10., 24 Uhr, Tel. 0900/3101035-70 (69 ct/Min.), Stichwort: „Abnehmen“.