

Stoffwechsel und Übergewicht

Die häufigsten Ursachen für Übergewicht sind ungesundes Essenverhalten und mangelnde Bewegung. Aber auch hormonelle Veränderungen können der Auslöser sein, zum Beispiel eine Schwangerschaft, die Menopause oder hormonelle Verhütungsmethoden. Der Stoffwechsel kann sich außerdem auch nach vielen Diäten, Fastenkuren, Rauchentwöhnung oder mit zunehmendem Alter verlangsamen.

Übergewicht ist häufig die Mitursache von Krankheiten wie z.B. Diabetes mellitus, Gelenkbeschwerden, Arteriosklerose, Bluthochdruck sowie von weiteren Herz-Kreislaufkrankungen bis hin zum Herzinfarkt und Schlaganfall. Um hier vorzubeugen, ist eine Gewichtsreduktion sinnvoll und weitsichtig.

Ob aus gesundheitlichen oder ästhetischen Gründen - Übergewicht zu reduzieren ist nur dann sinnvoll, wenn es auf gesunde Weise geschieht und das Ergebnis gehalten werden kann.

Die Sanguinum-Kur

Die Sanguinum-Kur ist ein medizinisches Stoffwechselprogramm, das Ihnen eine gesunde und anhaltende Gewichtsabnahme ermöglicht - sei es bei einer Gewichtsreduktion von 3 oder 30 kg. Kontinuierliche Begleitung, ein alltagstauglicher Ernährungsplan aus vollwertigen Lebensmitteln und die Stoffwechselanregung erleichtert Ihnen den Einstieg in eine gesunde Lebensweise.

Grade für Kinder ist die gesunde und sanfte Art des Abnehmens wichtig. Daher eignet sich die Sanguinum-Kur auch sehr gut für sie.

Bei einseitigen und kurzfristigen Diäten liegt die Problematik nicht nur im Abbau von Muskelmasse, zu hohem Wasserverlust und anschließendem Jojo-Effekt, sondern auch in der starken Belastung des Durchhaltevermögens ohne eine persönliche Betreuung.

Konzept der Sanguinum-Kur

Das Konzept der Sanguinum-Kur basiert auf einem ganzheitlichen Ansatz zur Gewichtsreduktion.

Körper:

Die Sanguinum-Kur ist ein Stoffwechselprogramm mit homöopathischer Unterstützung. Das Anregen der Stoffwechsellätigkeit hilft dabei, Ihr Wunschgewicht zu erreichen - und zu halten. Denn nun kann der Stoffwechsel eine ausgewogene Ernährung verarbeiten, ohne dass sich anschließend der Jojo-Effekt einstellt. Ob mit oder ohne Sport - man verliert bei der Sanguinum-Kur hauptsächlich Körperfett, es wird genau kontrolliert, dass keine Muskelmasse abgebaut wird.

Psyche:

Ein ebenso wesentlicher Bestandteil der Sanguinum-Kur ist die ständige Begleitung. Regelmäßige Betreuung, Ernährungsberatung und erzielte Erfolge motivieren und stärken das

Durchhaltevermögen: Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass man bei der Sanguinum-Kur im Schnitt etwa 7- 10 Kilo Gewicht in 6 Wochen auf gesunde Weise verliert.

Dauer und Leistungen im Rahmen der Sanguinum-Kur

Die Dauer der Kur richtet sich danach, wie viel Sie abnehmen möchten. Für langsames Abnehmen eignet sich besonders die Langzeitreduktion. Ob in einem Rutsch, mit Pausen oder als Entschlackungskur in regelmäßigen Abständen - wir begleiten Sie so lange, bis Sie Ihr Ziel erreicht haben.

Die Sanguinum-Kur umfasst folgende Leistungen:
ein kostenloses, ausführliches Informationsgespräch

eine medizinische Voruntersuchung

eine fundierte Ernährungsberatung

das Patientenbuch zur Sanguinum-Kur

die persönliche Einzelbetreuung durch Arzt, Heilpraktiker und medizinisches Personal - ein bis dreimal wöchentlich mit homöopathischer Unterstützung, laufender Analyse der Körperzusammensetzung und computergestützter Auswertung

eine anschließende Nachkur zur Stabilisierung des Gewichtes

ein halbes Jahr individuelle Nachbetreuung

keine Vertragsbindung, keine versteckten Zusatzkosten