

- ANZEIGE -

- ANZEIGE -

„Information ist die beste Motivation“

Meike Enking nimmt 20 Kilogramm ab ohne zu hungern - Die Naturheilpraxis informiert

WERNE ■ Noch vor einem halben Jahr trug Meike Enking aus Dülmen Kleidergröße 58. Sie fühlte sich immer müde und geschaffelt, hatte ständig Heißhungerattacken, ihre Achilles-Sehne schmerzte. Sie habe immer Hunger gehabt, nachts sei sie sogar manchmal aufgestanden, um etwas zu essen. Glücklicherweise war sie mit ihrer Figur nicht. „Wenn man morgens aufsteht und die Füße tun weh, leidet die Lebensqualität“, erinnert sich die Mutter zweier Kinder. Mehrere Diätversuche endeten ohne wirklichen Erfolg.

Durch den Sport entstand ein Kontakt zur Heilpraktikerin Edith Hildebrand, die in ihrer Praxis im Salinen Parc in Werne seit Jahren erfolgreich Gewichtsreduktion durch Stoffwechselregulation anbietet. Innerhalb eines halben Jahres nahm Meike Enking 19 Kilogramm ab. Und das, ohne zu hungern, denn bei der Ernährungsumstellung handelt es sich nicht um eine Diät.

„Entscheidend ist, was man isst. Die Ernährung muss zum Stoffwechsel passen“, erklärt Edith Hildebrand das Konzept, mit dem schon viele Patienten ihr Gewicht reduzieren konnten. Auf der Basis von insgesamt 40 ausgewähl-



Die Heilpraktikerin Edith Hildebrand gratulierte ihrer Patientin Meike Enking (links) zu ihrem großen Erfolg: Innerhalb eines halben Jahres hat sie fast 20 Kilogramm abgenommen. ■ Foto: Barth

ten Blutlaborwerten zum Stoffwechsel wird der persönliche Ernährungsplan erstellt. „Darin sind die Nahrungsmittel enthalten, die vom Stoffwechsel gut umgesetzt und verarbeitet werden können“, sagt Edith Hildebrand. Information ist die beste Motivati-

on: „Ein wichtiges Prinzip unserer Arbeit ist die gute Information. So nehmen wir uns immer viel Zeit, das umfassende Blutergebnis mit unseren Patientinnen und Patienten auf anschauliche Weise zu erklären“, erklärt Edith Hildebrand. So werden die Funktionen von Herz, Nieren, Leber, Muskulatur des Fettstoffwechsels, der Abwehr, des Blutbildungssystems, aber auch der Hormone von Schilddrüse und Bauchspeicheldrüse untersucht. Dabei wurde schon so mancher versteckte Diabetes im frühen Stadium entdeckt. Wird dann der Stoffwechsel mithilfe der richtigen Nahrungsmittel reguliert, stellt sich wieder ein Gleichgewicht ein, Übergewicht wird abgebaut.

Meike Enking war erstaunt, wie schnell und erfolgreich diese Umstellung funktionierte. Die ersten zehn Kilogramm seien wie ein „Erdrutsch“ verschwunden, danach sei das Gewicht konstant weiter gefallen. „Ich habe das erste Mal das Gefühl gehabt, richtig satt zu sein“. Das

Programme sei absolut „familienkompatibel“, ihren Töchtern würde die „neue“ Ernährung richtig gut schmecken. Sogar auf einen Restaurantbesuch habe sie nicht verzichten müssen. „Ich sehe kein Problem darin, die Ernährungsumstellung auch dauerhaft beizubehalten.“

„Ausrutscher“, wie eine Pizza oder eine Schokolade, habe sie sich erlaubt. Diese haben das Ernährungskonzept nicht durcheinander gebracht.

„Das ist schon ein krasser Unterschied“, ist sich Meike Enking sicher, wenn sie ihr Foto von vor einem halben Jahr betrachtet. Jetzt fühlt sie sich viel vitaler, die Müdigkeit ist verschwunden, auch Heißhungerattacken gehören der Vergangenheit an. Ihre Achillessehne hat schon lange nicht mehr geschmerzt. Sie fährt mit dem Fahrrad zur Arbeit, geht zweimal die Woche ins Fitness-Studio. „Die neue Figur bedeutet viel mehr Lebensgefühl“, führt sie aus.

„Wir setzen nicht auf Schnelligkeit. Das Ziel ist eine Abnahme ohne Stress und Druck, auch der Genuss beim Essen soll nicht

verloren gehen“, erläutert Edith Hildebrand. „Ein wichtiger Baustein bei unserem Ernährungskonzept ist die Darmsanierung. Wird der Darm nicht mit den notwendigen Wirkstoffen aus der Nahrung nicht gut aufgenommen. Die Darmschleimhaut ist verschlackt, oft entzündet und Ursache für Allergien, Unverträglichkeit und sogar ein erhöhtes Krebsrisiko.“

Meike Enking will auf jeden Fall weitermachen – denn noch ist sie rund sechs Kilogramm von ihrem Wunschgewicht entfernt. Regelmäßig kommt sie zur Kontrolle ihrer Blutwerte in die Naturheilpraxis im Salinen Parc in Werne. Und dabei, so Edith Hildebrand, stelle sich oftmals heraus, dass die Patienten deutlich gesünder sind.

„Kontrolliert man nach Abschluss der Gewichtsreduktion die Blutlaborwerte und vergleicht sie mit der Ausgangssituation, so findet man fast immer verbesserte Cholesterin- und Leberwerte. Oft können Medikamente abgesetzt werden“, fasst die Heilpraktikerin abschließend zusammen. ■ **mib**



So sah Meike Enking (links) noch vor einem halben Jahr aus. ■ Foto: privat

„Mein Arzt hat gesagt, ich soll abnehmen...“

Gewichtsreduktion durch Stoffwechselregulation



Edith Hildebrand, Heilpraktikerin

- Wir ermitteln aus Ihrem Blut Ihre persönliche Stoffwechsellage
- Sie erhalten von uns Ihren individuellen Ernährungsplan mit der Angabe ihrer Nahrungsmittel
- Es ist keine neue Diät
- Es ist die erste funktionierende Gewichtsreduktion ohne Jojo-Effekt

Löschung von Allergien:

z.B. Pollen, Hausstaub, Nahrungsmittel, Nüsse, Äpfel...

Weitere Infos und Behandlungsbeispiele unter: www.naturheilpraxis-salinenpark.de

**NATURHEILPRAXIS
im SALINENPARK**

Steinstraße 42 · 59368 Werne

Telefonische Anmeldung und Information
täglich von 8 - 18 Uhr

Tel. 0 23 89 / 92 39 39

www.naturheilpraxis-salinenpark.de

