

Vitalstoff Journal Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Das überraschende Ergebnis eines Reports

...und was sehr effektiv und natürlich beim Abnehmen hilft

Das überraschende Ergebnis eines Reports

...und was sehr effektiv und natürlich beim Abnehmen hilft.

Ich möchte heute etwas Interessantes mit Ihnen teilen, das jeden, aber speziell übergewichtige Menschen etwas angeht. Es geht um ein überraschendes Ergebnis eines Reports. Sie wissen: Übergewicht ist ein sehr großes Problem in unserem Land. Das **Robert Koch Institut** schreibt: "Zwei Drittel der Männer (67 %) und die Hälfte der Frauen (53 %) in Deutschland sind übergewichtig. Ein Viertel der Erwachsenen (23 % der Männer und 24 % der Frauen) ist stark übergewichtig (adipös). Übergewicht und Adipositas sind Mitursache für viele Beschwerden und können die Entwicklung chronischer Krankheiten begünstigen."

Übergewicht und Stress

Übergewicht hat auch große Folgen für das Stressempfinden. "Personen mit einem BMI [Body Mass Index, ein Maß für Übergewicht] von mehr als 30 realisieren am wenigsten häufig den Benchmark* für einen gesunden Umgang damit. Nur 47 Prozent von ihnen schaffen es, mit ihrem Stress gut umzugehen," so der DKV-Report **Wie gesund lebt Deutschland 2018**.

***Die Berechnung von Benchmarks (festgelegte Testtrennwerte) ermöglicht es, die Ergebnisse positiv oder negativ zu bewerten. Das individuelle Stressempfinden sowie die jeweiligen Kompensationsmöglichkeiten (Sport, Bewegung, Entspannungsverfahren, Freunde treffen, lesen, Musik hören o. A.) sind die entscheidenden Kriterien.**

Überraschendes Ergebnis

Ein Ergebnis des Reports überraschte sehr: Übergewichtige Menschen leben nicht am ungesündesten. So wurde herausgefunden, dass ein größerer Teil der übergewichtigen Menschen die Aktivitätsempfehlungen realisiert, als Normalgewichtige (45% gegenüber 41%). Zudem setzen 55% der stark übergewichtigen Menschen (mit einem Body Mass Index über 30) auf ein ausgewogenes Ernährungsverhalten und unter ihnen befinden sich die meisten Nichtraucher.

Das Problem bei Übergewicht ist also nicht unbedingt ein ungesunder Lebensstil. Oft weiß man gar nicht wie man Gewicht verlieren kann oder man (oder sogar der zuständige Arzt) hat falsche Informationen bzgl. einer richtigen Ernährung. So ist man der Meinung sich gesund zu ernähren, dies ist aber nicht der Fall. Darüber hinaus gibt es eine Menge von Diäten, die oft nicht erfolgreich sind.

Wieso sind Diäten häufig nicht erfolgreich?

Selbst wenn man für sich die richtige Diät gefunden und erfolgreich ein paar Kilo abgenommen hat, kommt prompt der Jo-Jo-Effekt. Er führt dazu, dass man bereits nach kurzer Zeit noch mehr wiegt als vor der Diät. Das hängt mit unserem Stoffwechsel zusammen.

Unserem Körper bleibt die geringere Kalorienzufuhr nicht verborgen. Er reagiert, wie er seit Urzeiten reagiert, um unser Überleben zu sichern: Er drosselt den Grundumsatz, so dass wir viel weniger Kalorien verbrauchen. Wenn wir wieder normal essen, bleibt der Grundumsatz leider auf seinem niedrigen Niveau. Deshalb gibt es auf einmal viele überflüssige Kalorien, die sofort für die nächste Notzeit – in unserem Fall also die nächste Diät – in den Fettdepots gespeichert werden.

Die einzige Möglichkeit aus diesem Teufelskreis herauszukommen, ist ein bisschen Unterstützung von außen!

Etwas, das die unangenehmen Begleiterscheinungen fast jeder Diät wie Hungergefühle, schlechte Laune und Müdigkeit unterdrückt. Eine Substanz, die den Stoffwechsel durch den Aufbau von Muskelmasse anregt, um den Jo-Jo-Effekt zu vermeiden – und zwar ohne Chemie, die die Gesundheit womöglich noch mehr schädigt. Bei einigen dubiosen Diätpillen kam es in der Vergangenheit sogar zu Todesfällen!

Meine Damen und Herren, darf ich Ihnen diesen Vitalstoff vorstellen? Er heißt **Caralluma Fimbriata**.

Bestellen Sie hier Caralluma Fimbriata

Was ist Caralluma Fimbriata?

Caralluma fimbriata gehört zu den Seidenpflanzengewächsen. Sie ist ein Sukkulent, also eine Pflanze, die in ihren Stängeln und Blättern große Mengen Wasser speichern kann. Ihr Name leitet sich von der arabischen Bezeichnung qarh *al-luhum* (Wunde im Fleisch) ab. Caralluma kommt hauptsächlich in Indien, Afghanistan, Arabien und Afrika vor und wird von der dortigen Bevölkerung als Gemüse oder

Chutney gegessen. Und das nicht nur, um sich zu ernähren ...

Nachdem Caralluma als Nahrungsmittel entdeckt wurde – und das dürfte vor ein paar tausend Jahren der Fall gewesen sein – zeigte sich, dass die Pflanze Hunger- und Durstgefühle unterdrücken und die Ausdauer und Leistungsfähigkeit erhöhen kann. Das war eine große Hilfe in Notzeiten oder während langer Jagdausflüge. Diese besonderen Fähigkeiten der Caralluma sind natürlich für alle ideal, die abnehmen möchten.

Die 4-fach-Wirkung von Caralluma gegen überflüssige Pfunde

Als natürlicher, nebenwirkungsarmer Appetitzügler ist ein Pflanzenextrakt aus Caralluma den meisten auf dem Diät-Markt angebotenen Produkten weit überlegen, denn

- .. Caralluma unterdrückt Hungergefühle,
- !. hemmt die Fettaufnahme,
- !. fördert die Fettverbrennung und
- !. sorgt für mehr Energie.

Durch diese vier verschiedenen Wirkungsansätze ist das Abnehmen mit Caralluma besonders leicht und effektiv. Sie helfen, das erreichte Wunschgewicht dauerhaft zu halten. Sämtliche negativen Begleitsymptome von Diäten wie Heißhungerattacken, Gereiztheit und Energielosigkeit werden durch Caralluma gelindert. Da die seelische Belastung deutlich verringert wird, fühlt man sich trotz Diät rundum wohl. Und der stete Gewichtsverlust motiviert und stärkt das Durchhaltevermögen.

Fazit: Für jeden, der erfolgreich und mit guter Laune abnehmen möchte, ist Caralluma fimbriata eine sinnvolle und effektive Unterstützung.

Sind Sie interessiert an mehr Informationen über diesen Vitalstoff und dessen Wirkung?

[Hier geht es weiter »](#)