

Naturheilpraxis Hildebrand: „Auf den Stoffwechsel kommt es an“

„Sportmuffel“ Simone K. mit neuer Energie und noch mehr Selbstbewusstsein

Werne. „Ich sehe jetzt schon wieder super aus“, sagt Simone K. aus Hamm voller Selbstbewusstsein. Seit Jahren kämpfte die 35-Jährige gegen ihr Übergewicht, wog einmal bereits 130 Kilogramm. Ende Oktober 2017 zeigte die Waage immer noch 117 Kilos an.

Sie suchte Rat in der Naturheilpraxis im Salinenpark in Werne, wo Edith Hildebrand ihr das Programm „Natürlich Gesund“ empfahl. Mit Erfolg. Denn nicht nur das Gewicht reduzierte sich von 117 auf 100 Kilogramm. Der „Sportmuffel“ fühlte sich viel agiler und entwickelte neue Energie.

Erst die gründliche Blutanalyse, dann der Ernährungsplan

„Unsere Arbeit beginnt immer mit einer gründlichen Blutbild-Diagnose“, erläutert die Heilpraktikerin Edith Hildebrand. „Sie ist die Basis für alle Behandlungen. Je früher eine Störung festgestellt wird, desto besser sind die Chancen für eine erfolgreiche Therapie.“ Sie führt eine Stoffwechselanalyse durch und auf der Basis dieser Ergebnisse erstellt sie einen individuellen Ernährungsplan.

In ihm ist detailliert aufgelistet, welche Nahrungsmittel die Patienten wann, in welcher Menge essen dürfen. „Entscheidend ist, was man isst. Die Ernährung muss zum Stoffwechsel passen“, erklärt Edith Hildebrand das Konzept. Simone K. aus Hamm berichtet: „Disziplin ist sehr wichtig, aber die habe ich leider nicht immer. Dennoch verlor ich die Pfunde. Die Auswahl an erlaubten Nahrungsmitteln war so groß, dass ich nur das gewählt habe, was auch geschmeckt hat.“

Süßes und Pommes aus der Küche verbannt

Vor der Umsetzung des Ernährungsplans verbannte Simone K. Süßes und Pommes vom Speiseplan. „Wir setzen nicht auf Schnelligkeit. Das Ziel ist eine Abnahme ohne Stress und Druck, auch der Genuss beim Essen soll nicht verloren gehen“, erläu-



Viele Jahre kämpfte Simone K. erfolglos gegen ihr Übergewicht.

tert Edith Hildebrand. „Manchmal lasse ich das Knäckebrot auch mal weg, ohne dass die Kilos wieder drauf sind“, gibt Simone K. zu.

Dass das Programm beim Abnehmen hilft, ist für Heilpraktikerin Edith Hildebrand keine Überraschung. Doch die positiven Effekte für die Gesundheit verblüffen sie immer wieder.

Für Simone Klose ist jetzt Halbzeitpause

„Das könnte jetzt so etwas wie eine Halbzeit sein. Wir befinden uns ja immer noch in der Abnehmphase“, weiß Edith Hildebrand. Aktuell macht die Diskussion um eine Zuckersteuer die Runde in der Politik. Die Heilpraktikerin erklärt: „Zucker ist ein Stoffwechselgift – genau wie Nikotin und Alkohol. Fett macht nicht fett, sondern die Gefahr geht von den Kohlenhydraten aus.“

85 Kilogramm sind nun das Ziel

„Sie sind aber schmal geworden“, sagten die Kollegen von Simone K. zu ihr nach ihrem längeren Urlaub.

Sie findet selbst, dass ihre Ausstrahlung viel besser geworden ist. Von Kleidergröße 54 ging es runter auf 46. Die Sachen sind plötzlich zu groß, Kleidergröße 42/40 oder 85 Kilogramm das nächste ehrgeizige Ziel der 35-Jährigen aus Hamm.

Heilpraktikerin Edith Hildebrand meint: „Vertrauen ist vor Aufnahme des Programms sehr wichtig. Denn: Jeder kann Abnehmen.“ Auch Simone K. hat es geschafft.

Zur Kontrolle des Abnehm-Prozesses werden in genau abgestimmten Abständen Körpermessungen durchgeführt. Dabei können Veränderungen des Fettgewebes, der Muskeln des Wasserhaushaltes, des Säure-Basen-Haushaltes und andere beobachtet werden.

„Unsere Aufgabe ist es, in diesem Konzept die Patienten zu kompetenten Fachleuten für die eigene Ernährung zu machen“, so Heilpraktikerin Edith Hildebrand abschließend. Sie begleitet die Patienten von Anfang an, steht immer für Nachfragen zur Verfügung – eine „Rund-um-Betreuung“.



Dank Edith Hildebrand stellte sich schnell der Abnehm-Erfolg ein.

i Die Naturheilpraxis hilft: Vereinbaren Sie einen Termin für ein unverbindliches Beratungsgespräch. Tägliche Sprechzeiten

von 9 bis 13 Uhr und nach Vereinbarung, telefonisch von 8 - 18 Uhr möglich. Telefon: 0 23 89 / 92 39 39; www.naturheilpraxis-salinenpark.de.

„Natürlich gesund!“

natur
heil
praxis
im Salinenpark

„Ich esse fast gar nichts, trotzdem nehme ich einfach nicht ab...“

Gewichtsreduktion durch Stoffwechselregulation

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

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin. Wir beraten Sie gern!

Wir rechnen mit allen privaten Krankenkassen ab!

Weitere Infos u. Behandlungsoptionen unter: www.naturheilpraxis-salinenpark.de

Naturheilpraxis im Salinenpark
Steinstraße 42 · 59368 Werne · Tel. 02389 923939
www.naturheilpraxis-salinenpark.de